

入場無料

こどもも測れる！
健康測定＆体力測定



親子で一緒に
食事チェック



お土産付き♪
カラダ快活★講座



お土産付き♪
あゆコロちゃん体操

令和7年度

お口の恋人
LOTTE による
噛む力チェック



こどもも大人も、測って、測って、知って、健康づくり!!

健 康 食 育 まつり



2026年2月11日(水・祝) 10:00
スタート

厚木市保健福祉センター

同日開催！

あゆコロちゃん体操 の考案者 高橋先生 の講演会

自分の身体を知って、「ず～っと！」元気でいるために…



各プログラムの時間は
裏面 またはホームページで
check !!



ホームページ

協力団体 厚木市食生活改善推進団体「厚味会」・ 厚木市食品衛生協会・ 神奈川工科大学
一般社団法人スポーツミーム・ 株式会社ロッテ・ 中北薬品株式会社厚木支店
神奈川県認知症未病改善キャラバン((株)日本旅行)

主催 厚木市健康医療課 046-225-2201

子どもも大人も、測って、知って、健康づくり！

プログラム

10:00～14:00

子どもも大人も！健康測定



3階
エレベーターホール
ヘルスアップルーム

モーショントレーニング
ツール「TANO」、毛細
血管スコープ血管美人、
ベジチェックなど
健康測定にチャレンジ！

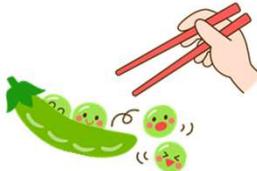
手洗いチェック



3階歯科検診室

実際に手を洗い、汚れが
落ちているか機器で
チェックします。

豆つかみゲーム＆食育展示



3階プレイルーム

ゲームや展示で楽しく食
育について学べます♪

3階健診室

【KAITファミリー】ブース (神奈川工科大学・スポーツミーム)

●体力測定



光ったらジャンプ！全身反
応時間や柔軟性をみる長座
体前屈など、ご自身の体力
をチェックします♪

●食事バランスチェック



未来の管理栄養士さんによる
食事チェックです♪

3階親子相談室

●噛む力チェック



健康はお口から！「噛む
力」をチェックします。

●歯と歯ぐきの健康相談



歯磨きやお口の悩みにつ
いて、歯科衛生士がお答
えします。

時間に合わせて開催！

健康あつぎ推進リーダーによる カラダ快活★講座



健口体操や簡単なストレッ
チ等を行います♪

時間 ①11:00～11:30
②12:40～13:10

3階ヘルスアップルーム

あゆコロちゃん体操指導員による あゆコロちゃん体操講座



子どもから高齢者まで
楽しくできる体操です♪

時間 ①10:10～10:40
②11:50～12:20

14:30～15:30

健康食育まつり記念講演会

6階ホール

自分の身体を知って、 「ずっと！」元気でいるために…

講 師 あゆコロちゃん体操 の考案者

神奈川工科大学 情報学部 高橋勝美 教授

対 象

市内在住・在勤の方 定員200人(先着)



申込はこちら
(事前申込制)

減塩豚汁の試食

1階喫茶どんぐり



限定150食！



時間 11:00～

※無くなり次第終了

景品付きクイズラリーや
他にも楽しいイベントがあるよ!!

僕にも
会えるかも?!



あゆコロ