

# 白鷹町元気ニコニコ 健康まつり



2025年

12月6日 土  
9:00~15:00

会場：白鷹町健康福祉センター  
(西置賜郡白鷹町荒砥甲488)

★入場無料★

午前・午後それぞれ先着  
100名様に来場特典！

白鷹町健康福祉センター  
ついにグランドオープン！



9:00~  
グランドオープン  
セレモニー



町内園児のみなさんによる歌の披露も♪

白鷹町立病院  
(ホール・研修室)

- 各種展示と栄養・リハビリ動画放映(病院まつり主催)
- ヤンバイダーショー
- 座ってできる高齢者の健康体操
- 聞こえのチェック&相談会

トレーニングルーム

- 無料ジム体験
- 血圧&体組成測定体験と健康相談会



いきいき運動ルーム

- タニタ健康セミナー「今日から実践！ヘルシーレシピのコツ」



- 楽しいリズムエクササイズ体験！

すくすくルーム(和室)

- 駄菓子の販売
- 駄菓子屋あそびを楽しもう



カフェ amo (アモ)

- amoお披露目
- 荒砥高校レモネードスタンド
- 健康交流カフェトーク



キッチンルーム

- 減塩みそ汁コーナー(試食)
- 参加無料！親子で楽しくおやつづくり



おいしいものマルシェ

町内外のおいしいお店やキッチンカーが大集合！  
玉(じゃない)こんにやく  
振る舞いもお楽しみに♪

出店者情報は  
Instagramを  
チェック♪



会場内スタンプラリー開催！  
スタンプを集めて景品をGET★

WEBサイトより、施設情報や  
イベント情報が確認できます！



詳細は裏面

お問合せ

白鷹町健康福祉センター ☎ 0238-87-1231

(水~日曜 9:00~21:00)

【主催】白鷹町・白鷹町健康福祉センター 指定管理者：アクティオ株式会社

【後援】白鷹町国民健康保険 【協力】白鷹町健康づくり推進員協議会・山形県栄養士会・山形県歯科衛生士会置賜支部・山形県言語聴覚士会・長井西置賜地区薬剤師会・山形県立荒砥高等学校・株式会社聴脳科学総合研究所・白鷹町立病院



# 白鷹町元気ニコニコ健康まつり イベント詳細

## オープンセレモニー・全体

### ＜グランドオープンセレモニー＞

健康福祉センターのグランドオープンを記念してセレモニーを開催！

- 町長あいさつ
- ご来賓祝辞
- 園児のみなさんによる歌の披露
- テープカット

## おいしいものマルシェ 10:00～15:00

- ・町内外のおいしいもの大集合！
- ・飲食ブースではパフォーマンスタイムも！
- ・こんにゃく振る舞いあり♪

### 【共催イベント】ふくしのてんじかい2025

12/2(火)～11日(木)@中央公民館

障がい福祉事業所や団体の紹介と作品等の展示を行っています

## 1階・トレーニングルーム

### ●無料ジム体験 9:30～15:00

パーソナルトレーナーが目的に合ったトレーニングメニューなどを助言します！マシンの使い方も丁寧に説明します。

講師：山口 毅 さん

### ●血圧＆体組成測定体験と健康相談会 9:30～15:00

血圧測定や体組成測定をもとに、各専門家に健康相談ができます！

薬剤師：お薬と健康相談  
栄養士：BMIと食事の関係性  
歯科衛生士：お口の健康チェック  
→ 子どもは○×クイズ、大人はプレイルチェック☆（歯ブラシプレゼント）

## 1階・いきいき運動ルーム

### ●タニタ健康セミナー 「今日から実践！ヘルシーレシピのコツ」

すぐに実践できるヘルシーな食事のコツを学べます！

- ①10:30～11:00
- ②14:00～14:30

### ●楽しいリズムエクササイズ体験！

拍手や簡単なステップでリズムをつくり出して音楽を楽しもう！

講師：菅原 陽子 さん

- ①10:00～10:30
- ②11:30～12:00
- ③13:30～14:00

## 2階・すくすくルーム/カフェamo（アモ）

### ●駄菓子屋&あそび場 9:30～15:00

駄菓子の販売と、学んで遊べる駄菓子屋さんあそびの体験ができるよ！

協力：県立荒砥高等学校の皆さん

### ●amoお披露目会&荒砥高校レモネードスタンド 10:00～15:00

カフェのお披露目とレモネードスタンド♪レモネードは1本200円で販売します。

### ●健康交流カフェ 14:00～15:00

健康をテーマにしたカフェトーク！協力：やまがたファシリテーションネットワーク

## イベントスケジュール

9:00～

グランドオープンセレモニー

9:30～

- ・無料ジム体験
- ・血圧＆体組成測定と相談会
- ・病院ホール展示＆上映会
- ・駄菓子販売&駄菓子屋あそび
- ・減塩みそ汁試食コーナー
- ・親子で楽しくおやつ作り

15時まで

・きこえチェックと耳の相談会①(～10:30)

10:00～

- ・おいしいものマルシェスタート
- ・カフェamo開店&お披露目会
- ・荒砥高校レモネードスタンド

15時まで

- ・楽しいリズムエクササイズ体験①(～10:30)
- ・座ってできる高齢者の健康体操①(～11:00)

10:30～

・タニタ健康セミナー①(～11:00)

11:00～

・ヤンバイダーショー(～11:30)

11:30～

・楽しいリズムエクササイズ体験②(～12:00)

12:00～

・きこえチェックと耳の相談会②(～14:30)

12:15～

＜パフォーマンスタイム＞

- ★けん玉パフォーマンス
- ★ふうせんたけさんのバルーンアート

13:00～

・座ってできる高齢者の健康体操②(～14:00)

13:30～

・楽しいリズムエクササイズ体験③(～14:00)

14:00～

- ・健康交流カフェ(～15:00)
- ・タニタ健康セミナー②(～14:30)

～15:00

イベント終了

## 2階・キッチンルーム

### ●減塩みそ汁コーナー 9:30～15:00

減塩なのにおいしい！おいしいみそ汁の試食をどうぞ♪

### ●親子で楽しくおやつ作り 9:30～15:00

親子で簡単にたのしくおやつを作ろう！参加無料★



協力：管理栄養士、健康づくり推進員

## 白鷹町立病院

### ●各種展示と栄養・リハビリ動画放映 9:30～15:00

医療に関するパネル展や病院写真クラブ作品展。(主催：町立病院)

### ●ヤンバイダーショー 11:00～11:30

ご当地ヒーローヤンバイダーショー！ショーの前後で写真撮影もできるよ♪



### 会場内スタンプラリー開催！

スタンプを集めて景品をGETしよう！

マルシェ出店者情報やイベント詳細はWEB・Instagramをチェック★



【お問合せ】白鷹町健康福祉センター  
☎ 0238-87-1231（水曜～日曜9:00～21:00）