

すすきのさんち

健康フェスタ2026

元気つなごう地域の輪



日時:2026年3月20日(金)10:30~14:30

場所:すすき野地域ケアプラザ

イベント内容

《入場無料》

1階 ● 健康チェック 10:30~13:30

体組成計(BMI)・血管年齢・握力・脳年齢
肌年齢・バランス測定・看護師さん相談ブース

● eスポーツ体験 13:45~14:30

太鼓の達人に挑戦!



2階 ● 健康でいる為に、今できることを
みんなで話そう! 10:30~12:00

(予約制・定員30名・お土産あり)

● 楽しく歌って口腔ケア 12:15~13:00

● 足元からカラダを整える! 13:15~14:15

らくらく体操・ストレッチ&靴の選び方

美味しいこどもの国のパン屋さん「みちぱん」の販売
折り紙人気Youtuber「さくb」の作品展示

※内容が変更になる場合があります

【お申込み・お問合せ】すすき野地域ケアプラザ

青葉区すすき野1-8-21

TEL 045-909-0071



※駐車場はありません、公共の交通機関をご利用ください

主催:すすき野地区保健活動推進員会

協力:すすき野地域ケアプラザ・大塚製薬株式会社・株式会社WisH Lab

横浜総合病院リハビリテーション部・青葉リハ訪問看護ステーション