

測って、学んで、動いて、食べて！まるごと健康体験！

2025

ちがさき健康チャレンジ フェスタ

8月31日(日)

10:00 ▶ 15:00

参加費
無料



会場 茅ヶ崎市役所本庁舎 1階市民ふれあいプラザ・4階会議室

ちがさき健康チャレンジとは？

チャレンジ期間 9月1日～11月30日

アプリマイME-BYOカルテに登録して歩くと、
「えぼし麻呂ポイント」を獲得できます。

ポイントで抽選に参加して、
プレゼントをゲットしましょう！



イベントでは、
・アプリ登録方法
・茅ヶ崎市内のウォーキングコース
を紹介するぞよ♪(申込不要)

✓ [「姿勢が変われば、未来が変わる！」～子どものための姿勢改善講座～]

10:00～11:00

[抽選制 親子20組]

成長期の子どもたちに必要な「正しい姿勢」や家庭でできる取り組みを、
整形外科専門医の先生から楽しく学べます！

【対象】年長～小学校4年生のお子さんと親(親1名に子ども3名まで)

申込締切

8/15(金)



✓ [3033体力測定会]

10:00～14:40(5部制) [申込先着順 小学生以上各回20名程度]

18歳以上の方は、ちがさき健康チャレンジへもぜひご登録ください。
ご自身の今の運動能力を測ってみませんか？ ご参加の方には当日プレゼント♪

測定項目：握力／長座体前屈／2ステップテスト／片足立ち上がり

12月14日にフォローアップ測定会があります、ぜひご参加ください。

申込締切

8/28(木)

✓ [野菜を楽しみ、もっと健康に！]

13:30～15:00

[申込先着順 80名]

野菜について楽しく学べる講座です。ご参加の方には当日プレゼント♪
詳細は裏面をご覧ください。



茅ヶ崎市保健所健康増進課 お申し込みはWEBフォームまたはお電話にて

☎ 0467-38-3331

受付時間：平日8:30～17:00

WEBでのお申込は
こちらの二次元コードより

