

令和8年度 健康イベントリスト（9月以降）

No.	健康イベント名	内容	対象者	開催日時	会場	備考
1	健康見える化コーナー機器利用	脳年齢計、血管年齢計、糖化産物測定器、生活習慣診断、骨波形測定器、栄養診断、血圧計、体組成計、A ⁺ ジェットの機器の利用が自由に利用可能です	18歳以上	平日9時～12時 13時～16時半	大井川庁舎1階 健康見える化コーナー	
2	健康づくり食生活セミナー	食生活に関する講義と調理実習	焼津市民	11月25日 9時半～13時 ※要予約	大井川地域交流センター	申込み開始日時 11月4日（水）9時～ 定員：16名
3				R9年2月5日 9時半～13時 ※要予約	豊田地域交流センター	申込み開始日時 R9年1月6日（水）9時～ 定員：16名
4	まちじゅう元気塾	ふまねっと運動教室	65歳以上の 焼津市民	9/3、9/10、9/17、9/24 午前10時～11時半 ※要予約、1コース4回	大井川庁舎 健診コーナー	申込時期は会場によって異なります。詳しくは会場にお問い合わせいただくか、広報やいづや地域交流センターだよりをご確認ください。
5				10/6、10/13、10/20、 10/27 午前10時～11時半 ※要予約、1コース4回	大井川地域交流センター	
6				11/5、11/12、11/19、 11/26 午後1時半～3時 ※要予約、1コース4回	焼津市保健センター	
7				12/3、12/10、12/17、 12/24 午前10時～11時半 ※要予約、1コース4回	大井川庁舎 健診コーナー	
8				R9 1/18、1/25、2/8、 2/15 午後1時半～3時 ※要予約、1コース4回	焼津市保健センター	
9	ふまねっとを楽しむ会	ふまねっと運動教室	どなたでも	9月15日 ※要予約	焼津市保健センター	①申込期間等の詳細は広報やいづをご確認ください。 ②焼津市健康づくり課にお電話（627-4111）、もしくは窓口にてお申込みください。
10				10月9日 ※要予約		
11				11月16日 ※要予約		
12				12月7日 ※要予約		
13				R9年1月14日 ※要予約		
14				R9年2月18日 ※要予約		
15				R9年3月8日 ※要予約		
16	いきいき元気あつぷ教室	エクササイズ実践コース フレイル・認知症予防のための運動	65歳以上の 焼津市民	9/5、9/19、10/3 9時半～11時 ※要予約、1コース3回	大富地域交流センター	申込開始日時 8/4（火）8時30分～ 定員：20名
17				11/14、11/28、12/12 9時半～11時 ※要予約、1コース3回	東益津地域交流センター	申込開始日時 10/5（月）8時30分～ 定員：20名

※健康アプリの利用は18歳以上が対象です

