あげお de からだ元気フェスタ

令和７年
6/28（土）
上尾市民体育館

健康ポイントアプリ
『あげお健康＋(ぷらす)』
登録できます！

親子体験教室

・親子野球体験教室（要予約）
・親子ふれあいバレーボール教室（要予約）
・親子ソードフィットネス体験教室

©SEIBU Lions

あげおdeあそぶどう ～武道体験会～

・いろいろな武道を体験してみよう！
　剣道・柔道・空手道・なぎなた・弓道

各種ブース

・健康アプリ体験･登録会
・ピンクリボン運動
・ユースクリニック
・計ってみよう！ 1日分の野菜
・小さく産まれた赤ちゃんの写真展
・食品販売
・栄養、健康の情報
・アッピーレシピ配布

測定・相談

運動機能測定やベジチェック(野菜充足度測定) などのほか、栄養士による健康相談会を実施。ご自身の健康状態を確認しましょう！

ユニバーサルスポーツ・レクリエーション体験

だれでもできる！
ラダーゲッター、わなげ、
ニチレクボール、
マグネットダーツ など

主催：上尾市・上尾市教育委員会
【お問い合わせ】TEL 048-781-8112（ｽﾎﾟｰﾂ振興課）

「あげおdeからだ元気フェスタ」

上尾市スポーツ健康都市宣言の趣旨を踏まえ、子どもから高齢者まで誰もが気軽にできるスポーツ体験やからだの健康測定会などを開催します。
埼玉上尾メディックスの選手や現 ﾗｲｵﾝｽﾞﾍﾞｰｽﾎﾞｰﾙｱｶﾃﾞﾐｰｺｰﾁが来場します！
健康ポイントアプリ「あげお健康＋（ぷらす）」の登録もできます。ぜひ会場へお越しください。

ときː６月２８日(土)　9:00～ ｵｰﾌﾟﾆﾝｸﾞｾﾚﾓﾆｰ（武道連盟・ﾌｫｰｸﾀﾞﾝｽ連盟・民踊さつき会）
9:40～ 開会式
10:00～ イベント開始

©SEIBU Lions

場所：上尾市民体育館
対象：子どもから高齢者までどなたでも
主催：上尾市・上尾市教育委員会
協力：上尾市スポーツ推進委員連絡協議会・上尾市武道連盟・上尾市フォークダンス連盟・上尾市民踊さつき会・㈱埼玉上尾メディックス・埼玉西武ライオンズ・シンコースポーツ㈱・㈱スギ薬局・ウエルシア薬局㈱・明治安田生命保険相互会社・上尾市食生活改善推進員協議会・上尾市社会福祉協議会・上尾市観光協会・あげおピンクリボンの会・小さく産まれた子どもと家族の会「一歩」・㈱タニタヘルスリンク・上尾市いきいきクラブ連合会・彩の子ネットワーク

※ タオル・飲み物・室内シューズ・外靴を入れる袋 をご持参ください
※ 当日は混雑が予想されます。来場には公共交通機関をご利用ください
※ 参加無料・雨天実施

時　間	内　容	概　要	お申込み
10:00～12:00	親子野球体験教室	現 ﾗｲｵﾝｽﾞﾍﾞｰｽﾎﾞｰﾙｱｶﾃﾞﾐｰｺｰﾁによる親子野球教室 ※㈱西武ライオンズと上尾市の連携協定に基づき実施します	**※事前予約** ６月１２日（木）までにスポーツ振興課HPの申込みフォームから応募してください⇒
12:00～14:00	親子ふれあいバレーボール体験教室	埼玉上尾メディックス選手・スタッフによる親子バレーボール教室 ※埼玉上尾メディックスと上尾市の連携協定に基づき実施します	
10:00～12:00	親子ソードフィットネス体験教室	親子で楽しむ「木刀」を使った上尾生まれのフィットネス	**事前予約の必要はありません**
	あげおdeあそぶどう ～武道体験会～	あげおの武道を体験（剣道・柔道・空手道・なぎなた・弓道）	
	１日分の野菜計量体験	食生活改善推進員による野菜の計量体験	
終日開催	ユニバーサルスポーツ体験・レクリエーション体験	だれでもできる！ ラダーゲッター、ニチレクボール、わなげ、マグネットダーツ等の体験会	
	からだの健康測定＆相談コーナー	運動機能測定、握力測定、オレンジタブレット、ベジチェック(野菜充足度測定)、 薬剤師・栄養士による健康相談、AGEsセンサー	
	赤ちゃんの写真展	小さく産まれた赤ちゃんの写真展	
	ピンクリボン運動	乳がん啓発グッズの配布 ※数量限定	
	ユースクリニック	性教育に関する絵本・書籍の展示および生理用品や避妊に関するサンプルの展示	

からだの健康測定＆相談コーナー

◆ 元気度をチェックしましょう！
ご自身の体力・筋力などを知ることで、日々の生活をさらにいきいきとしたものにするためのヒントにしてください。
〇運動機能測定･･･運動機能分析装置を使い、筋肉量や質・バランスなどからフレイルリスクを測定できます。
〇ベジチェック（野菜充足度測定）･･･手のひらで体の中の野菜充足度を測定できます。
〇オレンジタブレット･･･ゲーム感覚で脳の元気度をチェックできます。
〇その他･･･握力などの各種測定器を設置。

◆ 相談会も同時開催！
薬剤師、栄養士よる相談会を同時開催します。
健康管理や食生活、お薬の飲み方などについて、気軽に相談できます。
（薬剤師の相談を希望する方は、おくすり手帳をご持参ください。）