

# 体の若返りポイント測定会 & 新緑ウォーク

気になる体のバランス・ゆがみをパーソナル診断

令和8年

ふくい健康の森  
県民健康センター

5月24日

SUN

- ✓ 脂肪のつきやすい部位予測
- ✓ 骨盤の歪み度
- ✓ 歩行状態予測
- ✓ 関節の動作範囲
- ✓ 筋肉の前後左右のバランス
- ✓ 未来体型予測

あなたに最適な  
コンディショニング  
メニューを  
提案します！



## 対象

一般成人 20名 (要申込、先着順)

## 参加費

一人 500円 (レクリエーション保険に加入します)

## 持ち物・服装

飲料水、室内運動靴、タオル、  
運動しやすい服装・靴、帽子  
雨天時：傘などの雨具

## プログラム

- 13:00 受付開始 (県民健康センター)
- 13:30 体の若返りポイント測定会  
~ 14:45
- 14:45 休憩
- 15:00 新緑ウォーキング (健康の森内ウォーキングコース)  
~ 15:30

講師：公益財団法人福井県健康管理協会 健康運動指導士

※雨天時は傘をさしてのウォーキングを行います

## 申し込み

申込み開始：4月10日 (金) ~

申し込み締めきり：5月19日 (火) 12時

福井市真栗町47-48  
(公財) 福井県健康管理協会  
県民健康センター

こころとからだの健康講座

☎ 0776-98-8000

お電話または  
申込フォームにて  
お申し込みください。

