

新ひだか町

健康まつり

参加
無料

ハック
～ ジブンのカラダと健康を再認識する ～



健康相談



生活習慣病
予防指導



フレイル・
転倒予防指導

筋肉量測定
AI 歩行解析



最新の筋トレ
法指導



テーピング・
ストレッチ指導



日時: 2026年 7月 4日(土) 13:30~16:00

場所: 新ひだか町コミュニティセンター

新ひだか町静内古川町1丁目1番2号

対象: お子様からご高齢の方まで、ジブンやご家族
のカラダと健康に興味・不安のある方。
筋力トレーニングやストレッチに興味のある方。

申込み: 不要

主催: 北海道千歳リハビリテーション大学