



こおり

ヘルスアップ DAY 2026

令和8年

11月8日 日

時間／9:30～15:00

〔健康講演会は 10:00～11:30〕

健康測定会、
企業ブース、
キッチンカー他
楽しいブースあり!



会場／桑折町

屋内温水プール・
多目的スタジオ
「イコーゼ!」



司会

ラジオ福島
アナウンサー
手塚 伸一 氏



講演会

おおひら でつや
大平 哲也 先生
(福島県立医大)

プロフィール

医療×統計の専門医。1965年、福島県生まれ。
福島県立医科大学医学部疫学講座主任教授。
生活習慣病、認知症などの研究および心理的健康と生活習慣との関連について研究。運動や笑いなどを使ったストレス解消法の研究でも知られており、テレビや雑誌などでも活躍。
日本笑い学会 理事。

健康講演会

10:00～11:30

事前申込制

当日参加可

演題

笑いを活かした健康なまちづくり

～子どもから高齢者まで～



親子で
修行を終えたら
記念品を
プレゼント!



13:30～15:00 〔桑折町民体育館〕

参加対象者

幼稚園・こども園4歳児クラス(年中)～小学3年生と保護者
心も体も忍者になりきって、
様々な動きから運動の得意と苦手を発見!
真剣に遊んで楽しく学ぼう!



イベント情報
HPはこちら



講演会等の参加には
事前のお申し込みが必要です!
裏面をご覧ください。

こおりヘルスアップDAY 2026 11月8日(日)

イコーゼ屋内

9:30~15:00

こちらは
申込み不要
です♪

来場者プレゼントあり!

アクセス
マップ

☆健康測定会

●インボディ測定 ●ベジチェック測定

基準を超えた方には、

レガーレこおり500円券をプレゼント!

- 骨健康度測定
- (新)足の握力測定
- 血管年齢測定
- 脳活力トレーニング
- (新)目の見え方チェック など
- (新)笑顔チェック



☆ビタミンスムージー試飲

☆企業・団体ブース

☆健康相談(葉・歯など)

☆キッチンカー 等々



参加申込

大平哲也 先生 健康講演会 / ミズノ流 おやこ忍者学校

10月30日(金)までにお申し込みください。

上履きをご持参ください。

大平哲也先生 健康講演会

下記申込書を桑折町役場健康福祉課またはイコーゼに提出、
もしくはQRコードまたはお電話にて受付。

ミズノ流 おやこ忍者学校

QRコードにて受付。

大平哲也 先生 健康講演会
募集定員

200名



ミズノ流 おやこ忍者学校
募集定員

親子50組

〈幼稚園・こども園4歳児クラス(年中)~小学3年生と保護者〉



参加費

無料

問い合わせ先

健康講演会: 桑折町健康福祉課 健康増進係 TEL.024-582-1133

忍者学校: 桑折町教育文化課 生涯学習係 TEL.024-582-2403

※会場準備のため、事前のお申し込みをお願いいたします。 ※また、当日参加も可能です。ぜひ会場においでください。

11月8日(日) こおりヘルスアップDAY 2026

大平哲也先生 健康講演会 参加申込書

名前

他

名

電話番号

〒

住所