

健プラ開設記念イベント 25周年

日頃のご利用、誠にありがとうございます。
感謝をこめて、今年もイベントを企画しました！

7月11日(土) | (土) 9:00~16:00
12日(日) | (日) 9:00~12:00

先着95名
限定！

鹿屋医療センター医師による 健康セミナー

申込み開始：6月23日(火)

高齢者元気度
アップ・ポイント事業

セミナー① 湯淺 敏典 院長
「知っておきたい心血管病
～予防のためにできること～」
健康寿命延伸に向けた実践的アプローチ

セミナー② 瀬戸山 徹郎 副院長
「おなかの中にできる腫瘍の話
～消化器がんについて～」

日時：7月11日(土) 10:00~11:00 (9:30 受付開始)

場所：健康科学教室

料金：無料 **※事前にお申込が必要です**

申込み方法：受付カウンターまたはお電話にてお申込みください

受付～講演開始までの間
『笑いヨガ』やってます！
ぜひお早めに、お越しください☆

先着120名
限定！

あなたの姿勢を最新AIが分析！ シセイカルテ

申込み開始：6月18日(木)

あなたの未来の
姿勢を予測

最新AIがあなたの姿勢をチェックし
未来の姿、さらにオススメのトレーニング方法を、お伝えします！

日時：7月11日(土) 9:00~16:00

場所：センター内旧レストラン跡

料金：前売り券 500円(当日券 750円)

※空き状況によっては、当日券を販売しない場合もございます。あらかじめご了承ください。

申込み方法：事前に受付カウンターにてチケットをご購入ください

※申込の条件：LINEアカウントをお持ちの方、又は二次元コードの読取ができる方

写真数枚で
分析可能



イベント情報

鹿屋市健康まつりと同時開催!

11日(土)

※イベント内容は変更されることもあります。予めご了承下さい。

健康チェックコーナー

- ① **体組成**：部位ごとの筋肉量・脂肪量を測定します
- ② **脳年齢チェック※**：画面の数字をタッチして、脳年齢を測定します
- ③ **血管年齢チェック※**：指をかざして、血管年齢を測定します
- ④ **ベジチェック**：指をかざして、野菜摂取量をチェックします
- ⑤ **敏捷性チェック**：光ったらジャンプ!
敏捷性(動作の素早さ)をチェックします



※要予約

相談コーナーなど



- **鹿屋市健康相談ブース**
鹿屋市の保健師が健康に関するご相談に対応します。
- **鹿屋医療センター
認定看護師による相談コーナー**
 - 感染管理
 - 緩和ケア
 - がん化学療法
 - 皮膚・排泄ケア

それぞれのケアの
スペシャリストである
看護師が対応します★

11日(土)・12日(日)

12日(日)

骨密度測定



- ① 定期券をお持ちの方
⇒ **定期券のご提示で無料測定**できます★
 - ② 回数券を購入された方
⇒ 『**骨密度測定 無料券**』をプレゼント★
- ☆当日券の販売もございます☆
料金：500円(施設利用券1回分もプレゼント!)

オーラルフレイル教室

お口の健康は体全体の健康に影響します。
歯科医師と歯科衛生士が、お口のケアについてお伝えします!

- ① 10:00 ~ 11:00 (1時間)
- ② 11:00 ~ 12:00 (1時間)

※予約制 【問合せ先】鹿屋市健康増進課

トレーニングジム祭り

イベント限定の特別レッスンなど
今年も楽しい企画をご準備しています!

☆詳細は近日公開予定☆

健康チェック

- ① 体組成
- ② 敏捷性チェック

体験コーナー

- 押し花体験 10:00~12:00 ※定員あり
 - 花遊び(生け花体験) ※定員あり
- ① 10:00 ② 10:30 ③ 11:00 ④ 11:30
(1回30分 全4回)

その他イベント

クイズ大会

7/12(日)までの期間中、館内に掲示しているクイズにご応募いただいた方の中から、正解者へ景品をプレゼントします。
当選者はイベント終了後、後日発表予定!
詳細はイベントポスター等をご確認ください。

インスタ☆フォトコンテスト

入賞者にはうれしい景品ご準備してあります☆
5/22(金)~6/30(火)の期間中インスタグラムへ「#健プラフォトコン2026」をつけて投稿してください。
入賞者はイベント当日、発表予定です。
※応募に関する詳細は、館内ポスター、ホームページ、インスタグラムをご確認ください。

大塚製薬ブース

スポーツ時の栄養補給に!
役立つ情報と製品をご紹介します☆
ボディメンテやカロリーメイト
でおなじみの大塚製薬さんが栄養補給に
役立つ情報と製品をご紹介します☆

Follow



KENPURA0052

お問い合わせ：県民健康プラザ健康増進センター
休館日：毎週月曜日(月曜日が休日の時は次の平日)

TEL：(0994)52-0052

インスタ：kenpura0052

WEB：http://www.kenpura.com/