

# 運動の春、家族みんなで！ デジタル×健幸フェスタ 2024 in日野市立南平体育館

参加費無料

特別プログラム 場所:多目的ルーム1・2

運動ができる服  
室内履き  
ご持参ください

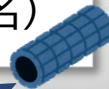
いきいき健康体操 対象:60歳以上の方

- ①9:30~10:30(定員40名)
- ②10:45~11:45(定員40名)



筋膜リリース 対象:中学生以上の方

- ③13:30~14:30(定員20名)



小学生スポーツ体験

対象:小学1~3年生の方

- ④14:45~15:45(定員20名)



## 申込方法

当館来館または、電話予約

## 申込開始日時

3/10(日)10:00~ ※先着順

# 3/20(祝)

## デジタル・スポーツ体験コーナー

### デジタル体力測定

センサーで自分の  
“足腰パワー”を測定  
協力:(株)Moff



時間 9:00~16:00 場所:アリーナ ※申込不要

### スポーツ体験コーナー

- ・ボルダリング
- ・スラックライン
- ・ストラックアウト
- ・キックターゲット
- ・玉入れ
- ・ドッチビー



### 歩き方計測

歩き方でフレイルリスク  
が分かる  
協力:豊田合成(株)



### TANO

いつの間にかカラダが動く  
認知症予防に効果的  
協力:TANOTECH(株)



### 脳体カトレーナー

ゲーム感覚で脳体力!  
協力:株式会社トータルブレインケア



### MOGI

75歳以上の運転免許更新時に行う  
認知機能検査をタブレットで体験!  
協力:日本テクトシステムズ(株)



### Link&Robo

ロボットと一緒に体を動かそう!  
協力:三菱総研DCS(株)



日野市立南平体育館 ☎042-591-1541

主催:株式会社フクシ・エンタープライズ

(株式会社フクシ・エンタープライズは、日野市から日野市立南平体育館受付管理業務を受託しております。)