

気軽に参加できる測定がいっぱい！

参加
無料

健康測定会



2026.5.16

@VIERRA蒔田

11:00-15:00 土

先着100名様



文字あつめに参加して
景品をもらおう!!

みんなで健康測定

館内のキーワードを集めてね

@1階まちかど広場



からだのゆがみをチェック

姿勢測定

実施：横浜市スポーツ協会



野菜350g食べてますか？

野菜計量体験

実施：南区食生活等改善推進員会

握力は全身の筋力のバロメーター



握力測定

お口の健康チェックしませんか？



歯周病チェック

ツールを使って運動チャレンジ

@3階さくらみえるテラス



ツールを使った運動を体験できます！
気軽にできるストレッチや運動を
ルネサンス講師がアドバイス ✨



イベントの詳細は

こちらから



雨天時は内容の
変更があります。

主催 南福祉保健センター福祉保健課健康づくり係

☎341-1185

協力 スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス蒔田24

ライフビエラ蒔田店