天王台北地区まちづくり協議会＆天王台地区社会福祉協議会共催

第17回

天王台北 健康フェア



～元気なまちをめざして、先ずは自分の健康と体力の確認から～



2026年11月20日(金)

場 所：**天王台北近隣センター**

（我孫子市柴崎台2-15-8　柴崎台中央公園隣り）

参加費無料

◆ 午前の部　医療講座（10:00～11:30　受付9:40～） ◆

●内　容：「生活習慣病　～予防から治療まで～」

●講　師：名戸ヶ谷病院　内科　小林（こばやし）　道（みち）　医師

●定　員：30名（要予約/先着順）







◆ 午後の部（受付13:00～14:00） ◆





■体力測定《測定項目》：

開眼片足立ち、椅子座り立ち、握力、6m歩行、動的バランス

♦定　員：30名（要予約/先着順）





■健康チェック(予約不要)《測定項目》：

身長、体組成、血圧、肺活量、骨健康度・血管年齢測定、健康相談



☆参加対象：我孫子市内在住の方、年齢不問

☆持ち物：滑りにくい室内履き



☆体力測定は動きやすい服装でご参加ください。靴下を脱ぐ測定もあります。

☆午前の医療講座から午後の体力測定等に参加される方には、簡単な昼食を準備します。

申込み・問合せ：**天王台地区社会福祉協議会**

（我孫子市東我孫子1-41-33　近隣センターこもれび内）

TEL：04-7183-9009　9時～16時（土日・祝日、第2・4㊋を除く）