



2025

惠那市  
健幸  
都市宣言

# 健幸フェスタ

けんこう

in えな

めざそう！健康寿命日本一

まきがね公園で開催

開催日  
**6/1**日  
9:00~14:30



惠那市公式キャラクター「エーナ」



STAMP

スタンプを集めて！

豪華賞品をゲットしよう！

## 健幸スタンプラリー

14:00~ & 抽選会開催

スイッチ&運動ゲーム

スマートウォッチ

地元のお肉券10,000円分



野球場・テニスコート・まきがね西体育館

## スポーツ体験

- |         |        |
|---------|--------|
| ソフトテニス  | テニス    |
| 弓道      | アーチェリー |
| マレットゴルフ | 体カテスト  |
| 布ぞうりとばし | ペタンク   |
| ラグビー    | 柔道     |
| バドミントン  |        |

※運動靴、運動服でご参加ください  
※雨天の場合、屋外のスポーツ体験は中止します

## イベントステージ

- 9:00~ オープニング式  
千草保育園祝い太鼓
- 9:25~ エーナちゃんと一緒に  
エーナ健幸体操
- 10:00~ キッズダンス(えなイースト)
- 11:00~ 日本ペーリンガーインゲルハイム(株)  
腎臓について学ぼう！
- 12:30~ 中部大学と連携した  
親子運動遊び体験
- 14:00~ 抽選会

予約不要

## 腎臓について学ぼう！

総合司会  
市立惠那病院  
内科部長 市川伸也先生

11:00~11:05

『慢性腎臓病 (CKD) ってどんな病気?』

【演者】市立惠那病院 内科部長 市川伸也先生

11:05~11:25

『当事者の方のお話~透析にならないために』

【演者】特定非営利活動法人 岐阜県腎臓病協議会  
惠那市腎友会 会長 西尾明さん

11:25~11:40

『腎臓にやさしい食事』

【演者】市立惠那病院  
主任管理栄養士 田中揚子さん

共催/惠那市、日本ペーリンガーインゲルハイム(株)

幼児向け

中部大学と連携した 12:30~

## 親子運動遊び体験

会場/まきがね公園体育館 対象/年少~年長児

親子で気軽に楽しめる運動遊びを  
一緒に学びませんか

※屋内運動靴でご参加ください

## 健康測定 イベント

- ★血液さらさらチェック
- ★血管年齢ストレスチェック
- ★骨密度測定 ★体組成測定
- ★俊敏性測定 ★ベジチェック
- ★バランス能力
- ★運動能力測定
- ★糖化度測定

## 歯とお口の 健康チェック

- ★歯科相談
- ★お口の水分チェック
- ★オーラルフレイルセルフチェック
- ★咬合力の測定

## おなか 探検ツアー

VRゴーグルをつけて  
おなかの中を  
探検しよう

## うまいもん大集合! 地元グルメ

五平餅、  
朴葉寿司、  
山菜おこわ  
など

## フードライブ カフェ

~もったいないを  
ありがとうへ  
できることから  
SDGs~

## 野菜350g当てに チャレンジ

当たった方には  
野菜をプレゼント

## 小学生以下の お子様対象 テニスでシュート!

ゴールに入ったら  
景品をプレゼント

## ミニ 新幹線

## おいしい減塩

★だしの飲み比べ  
★しょうゆの比較

主催 健幸フェスタinえな実行委員会 惠那市

お問い合わせ

惠那市役所  
健幸推進課

TEL 0573-26-6821

共催/惠那医師会惠中医会、惠那医師会惠南医会、惠那歯科医師会、惠那市薬剤師会、惠那市健康づくり推進協議会、(公財)惠那市スポーツ連盟、(福)惠那市社会福祉協議会、惠那市食生活改善連絡協議会、惠那市スポーツ推進委員連絡協議会(順不同)