

イベント内容

ワークショップ(創作のスタジオ)

① 「かむ力チェック&塩分探検隊！ ～みんなで楽しむ食育ワークショップ～」	1回目 11:00～11:30 2回目 13:00～13:30	四街道市健康増進課 管理栄養士、歯科衛生士
② お灸で腰痛、肩こりセルフケア	14:00～14:30	うえむら鍼灸マッサージ院 植村先生
③ より良い睡眠のためにできる健康行動 (廊下にて) ポスターアンケート	15:00～15:30	帝京平成大学 津賀先生

体カテスト(わろうびんぐホール)

① 握力 ② 閉眼片足立ち ③ 長座体前屈 (④30秒立ち上がりテスト) その他 体組成計	1回目/11:00～13:00 2回目/14:00～16:00	終了後にワンポイント 健康アドバイスと 動画で見る健康体操の QRコードの紹介
---	------------------------------------	--

会場案内図

■部分がブラボーFes会場となります。



◆わろうべの里駐車場は台数が止められませんので
MEAGドンキーさん屋上駐車場のわろうべの里側に駐車してください。

◆ブラボーFes会場(多目的ホール・食のスタジオ・創作のスタジオ)以外の
部屋の使用・出入り等をご遠慮ください。
※当日は、通常通り開館しているため、他の部屋は他の団体が利用しています。

◆ゴミ箱の設置はありませんので、ゴミの持ち帰りをお願いします。

◆飲食できる場所は限られており、それ以外の場所での飲食、立ち食いは禁止しています。
※図書コーナーは飲み物のみ持ち込み可。(お菓子等も含め食べることは禁止)

◆定期的に高温・多湿が予想されるため、熱中症対策の徹底

来場順路

