第39回由木中央市民センターまつり

健康測定会 &クイズにチャレンジ♪

由木中央市民センター2F音楽室にて開催

2026.10.31(土) 13時～16時

11.1(日) 9時半～12時・13時～15時

握力測定

活力のバロメーター



握力は全身の体力を知る指標となります。

ベジチェック

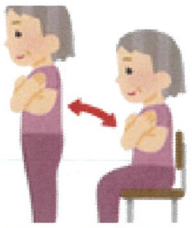
野菜は足りてますか？



野菜の推定摂取量がわかります。

立ち上がりチェック

ロコモ度測定



両腕を組んで反動をつけずに立ち上がれるかな？

笑顔チェック

あなたの笑顔が一番！



AI笑顔測定器を使った笑顔診断です。毎日笑顔でハッピー♪

※10/31PMのみ開催

クイズに挑戦!!

全問正解をめざせ！



クイズに正解して景品をゲットしよう♪

展示ブース

みんなで見守り♪



みまもりあいアプリや地域サロンの紹介コーナーもあるよ！

協力：明治安田生命保険相互会社 八王子支社南大沢営業所
：パナソニックエイジフリーショップ八王子

てくポ対象イベントです♪

八王子市高齢者あんしん相談センター由木

〒192-0372　八王子市下柚木2-10-6 由木事務所内

042-679-1114

LINE 公式LINE