

長岡京市

まるごと

ヘルシー
フェスタ

入場
無料

子どもから大人まで
みんなが参加できる
健康イベントが
今年もバンビオで開催！

屋外

ステージイベント
マルシェ など

体力診断・ダンス・キッズヨガ
リトミック・キッズワークショップ
菓子・雑貨販売 など



詳細は裏面へ

屋内

ママキッズまるごとマルシェ
ASOBO

室内遊具あそび
ハイハイレース
ヨガなど

赤ちゃんから大人まで
カラダを動かして遊ぼう♪



詳細は裏面へ

食育ひろば (10:00~12:30)

食べ物について遊びながら学ぼう！
・クイズ「おいしい野菜はどっち？」
・魚つりゲーム など

京都済生会病院

～健康チェックしてみませんか？～

・脳年齢チェック ・血圧測定
・SpO2 測定体験 など

明治安田生命による測定

・骨健康度測定 ・血管年齢測定
・野菜の充足度測定 (ベジチェック)

歯のひろば (14:00~16:00)※最終受付15:45

・乙訓歯科医師会による
歯・お口のチェック
・歯科衛生士に聞いてみよう
「大災害に備える、口腔ケアグッズ紹介」など



保健所実施の口コモ度テスト

“aruku&” 新規登録&抽選会

保育園児による食に関する絵の展示

※内容は変更になる場合があります

日時

雨天決行

2024.9.7 土 10:00
~16:00

場所

バンビオ1番館・広場公園
3F メインホール など

問合せ

長岡京市健康づくり推進課

☎ 075-955-9704

✉ kenkou@city.nagaokakyo.lg.jp

まるごと
ヘルシーフェスタの
HPにリンクします



イベント全体
のご案内はこちら

主催：長岡京市 / 共催：京都府歯科医師会・乙訓歯科医師会・レザミ

協力：乙訓保健所・京都済生会病院・明治安田生命保険相互会社・長岡京市バンビオ広場公園等 にぎわい創出事業実行委員会・いんふぁんとroomさくらんぼ

バンビオ 1 番館

室内遊具も
あるよ!

3F メインホール

ハイハイレース

いつもとは違うお子さまの様子が
見られる、波瀾万丈なレース展開
にもご注目!
足形アートブ
レゼント付き



世界のおもちゃ遊び

0歳~大人まで楽しめる、国内外の
様々なおもちゃやボードゲームを体
験できます。
参加無料・
予約不要。



マタニティヨガ

マタニティヨガをちょこっと体験し
てみたいと思われる方、ぜひこ
の機会に体験
してみてください
い!



美筋ヨガ

ほぐす・のばす・きたえるの3ステ
ップで効率よく体を整えます。い
つまでも元氣
に動ける体づ
くりを体験し
ませんか?



2F 市民ギャラリー

ドローンプログラミング

タブレットでブロックをつなぎ合わ
せてドローンを飛ばします。
小さいお子さ
まは保護者同
伴でご参加く
ださい。



ドローンカメラで記念撮影

ドローンのコントローラーでお好き
な画角で撮影して、データをお持ち
帰りができます。
ベストショット
を自撮りしまし
よう!



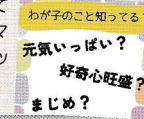
アロマリトリートメント&クラフト作り

頭・肩・首・ハンドからお疲れな箇所
をお選びください(15分1000円~)
生活に潤いを
与えるアロマ
プレー作り
(1500円~)



子&ママの気質チェック

簡単なチェックリストで「わが子」を
知り、子どもが安心できる関わり方
について考えて
みませんか?マ
マの気質チェッ
クもできます。
わが子のこと知ってる?
元氣いっぱい?
好奇心旺盛?
まじめ?



キャリア素質診断

あなたの素質の仕事での活かし方
を生年月日と色彩心理学を活用し
て紐解いてい
きます。働き方
のヒントを!



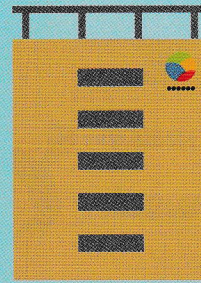
米粉パン販売

奈良で米粉パンの教室と講師養
成をしています。ぜひグルテンフ
リーの米粉パ
ンを、一度体
験してみてください。



大人のヘアメイク体験

いつもの2倍綺麗になって、美容
室帰りのような気分で1日を過ご
しませんか?



バンビオ広場公園

(公財)長岡京市スポーツ協会
スポーツテストも開催♪

ステージ

育脳キッズヨガ

良い姿勢を保つ筋力や柔軟性を高
めるポーズで楽しくカラダを動かそ
う! おやこの
ふれ合いを通
して自己肯定
感アップ。



キッズダンス

カラダが動けば、心も踊る!ダンスで
繋がる笑顔と感動の輪を!音楽に
合わせてカラ
ダを動かす!自
分を表現して
みませんか?



マルシェ

アクセサリ販売

世界の様々な素材を使用してハンド
メイドで作っております。今のイチ
オシはイヤカ
ブ! 疲れない
耳飾りでオシャ
レを楽しんで♪



リトミック

ピアノや歌を聴いてたくさん身体
を動かします。頭も使って楽しく
健やかに子育
てするアイデ
アをお伝えし
ます!



お札勘定の体験&金融なんでも相談会

お子様向けのお札勘定体験コーナ
ーと金融なんでも相談会を開催。普段
なかなか銀行
まで足を運べな
い方も気軽にお
越し下さい!



布小物販売

ふんわりした作品をコンセプトに
布小物製作をしております!
入園入学グッ
ズのオーダー
も承っており
ます!



ひまわりフォトブース撮影会

プロが作ったビタミンカラーに囲ま
れたフォトブースで、プロカメラマン
が撮影します!
セルフ撮影も
可¥500~
※写真は
イメージです



心と身体を育む五感あそび場プロジェクトにじこ あつまれ!もぐもぐ探検隊!

~バナナうんちを作ろう~食べた
ものってどこへ行くの?クイズ形式
でからだの仕
組みを学ぶ
乳幼児向けプ
ログラムです。



キッズワークショップ

アロマバスボムづくりなど、様々な
子ども向けワークショップを実施
します。お楽し
みに♪



キッチンカーも くるよ!



※内容や配置は変更になる場合があります

他の出店情報など
詳細はこちら



健康ウイズ スタンプラリー

当日会場を回って、クイズに答えながら
スタンプを集めよう!

※景品等はございません。自由にお楽しみください。

1

2

3

4