



健康の駅 秋田ゆりほんじょう フェスティバル 2026

会場
由利本荘総合防災公園
ナイスアリーナ

入場無料！

※上履き持参

2026.11.7 (土) 10:00～15:00

日ごろから健康づくりに取り組んでいる団体や企業などが多数参加し、体験や展示により、皆さんの身体や心にあった健康づくりの方法をご提案します。



一部申し込みが必要な催しがございます。
詳しくは市HPをご覧ください。

講演・実践



「人生100年時代を元気に歩く
—インターバル速歩で始める健康習慣—」

10:00～11:30 メインアリーナ

講師：信州大学医学部 臨床スポーツ医学研究センター
(熟年体育大学リサーチセンター 健康推進コーディネーター)
助教 森川 真悠子 先生



「フレイル・認知症を防ぐ身体活動の
習慣—健康寿命を延ばすために—」

13:00～14:30 アリーナ内大会議室

講師：秋田大学 大学院医学系研究科保健学専攻 作業療法学講座
教授 久米 裕 先生

【お問い合わせ】

由利本荘市健康づくり課

TEL 0184-22-1834

【安全対策・クマ対策に関する注意事項】

本イベントは、市の「ツキノワグマ市街地等
出没対応マニュアル」に準じて運営されます。
野生動物の出没状況により、イベントを急遽
中止とする場合があります。



本事業はSSFアクティブチャレンジ
の助成を受けて実施しています