

ヘルスラボ・こまき 1周年記念イベント

～one☆ラボ 健康フェスタ 2026～

■ 目的

ヘルスラボ・こまきが、「誰もが気軽に健康度をチェックでき、気づきや健康づくりを始めるきっかけを提供する」施設であることを多世代にわたり、広く周知する。

さらに、1周年記念イベントでは、健康ブースの出店や講座の開催を通じて健康情報を発信し、イベントへの参加が健康づくりのきっかけとなることを目指す。

また、イベント中もヘルスラボ・こまきは通常運営（フレイルチェックを除く）とし、日ごろ、ヘルスラボ・こまきが実施している体組成測定や体験型栄養教育システムを体験してもらうことで、継続的な利用につなげたい。

■ 概要

日時：令和8年2月11日（祝日） 10時30分～15時00分

場所：ヘルスラボ・こまき、まなび創造館スポーツ広場（アリーナ）
(小牧三丁目555番地 ラピオ5階)

対象：一般市民

内容：ヘルスラボ・こまきのオープン1周年を記念して、親子からシニアまで楽しめる健康イベント。体力アップ講座やひざのセルフケア、筋力・骨密度・フレイルチェック、eスポーツ体験や健康川柳グランプリなど、多彩な内容で健康づくりを体験できるもの。

■ その他

1. ブース出展（会場：アリーナ）

協力予定企業等：明治安田生命保険相互会社、中北薬品株式会社、住友理工株式会社、大塚製薬株式会社、CCNet、市保健センター

2. 健康・運動講座（会場：アリーナ）

第1部：JCCAトレーナーによるキッズ運動講座

第2部：未来の私をハッピーにする健康運動習慣講座

第3部：膝の痛くない人生の歩き方

3. 健康川柳グランプリ（会場：ヘルスラボ・こまき）

小牧市定例記者会見

4. ヘルスラボ・こまきの体験（会場：ヘルスラボ・こまき）
体組成測定、体験型栄養教育システム、タオル体操など。

■ 問合先

健康生きがい推進課 0568-39-6568（9時～16時）
080-4173-8909（上記の時間以外）