

みんなの健康フェア 2025

えがおで たのしく ころも からだも 健康に

2025.10.26 日 10:30 - 17:00 環境の杜ふれあい

琉球BULLFIGHTS

バドミントンクリニック

沖縄唯一のバドミントンクラブチームによる
バドミントンクリニックを開催します。

12:00 - 14:00 小中学生向けバドミントンクリニック

受付11:30～

定員 30名

対象 小学1年生～中学3年生

内容 琉球ブルファイツの選手による技術指導

14:00 - 16:00 バドミントン交流会

受付13:30～

定員 30名

対象 小学生以上でルールを理解し、試合ができる方

13:45 - 14:15 スペシャルタイム

選手によるデモンストレーションマッチ / オリジナルグッズ景品抽選会



参加には予約が必要です！

098-882-6117

受付期間 ～10/20(月) 20:00まで

エンジョイ体操

参加無料

- ①難しい動きは一切ナシ！
- ②ゲーム感覚で楽しくエクササイズ！
- ③おひとりでも家族、お友達と一緒でもOK！

家族みんなで体験しよう！
面白い体操がいっぱい！！

スクエアステップのほかにも楽しい体操があります！

・・スケジュール・・

①14:00-14:30

②14:40-15:10

③15:20-15:50

④16:00-16:30

⑤16:40-クールダウン
「皆でちゃーがんじゅう体操」

- ☑筋肉を包む膜(筋膜)の癒着や硬さを解消する
- ☑柔軟性や可動域を回復させる

筋膜リリース

1,000 円 / 10分

14:00 - 17:00

3,000 円 / 30分

責任者／R.e.c.o.very Salon Calla

代表うの(看護師、ボディメカニック・整体師・介護予防運動指導員)



ナードジャパン アロマクラフト 14:00 - 17:00

責任者／『phyto.Lia』丸山

症状別レシピで悩みにアプローチするメディカルアロマカウンセリング

カウンセリング料／無料



精油の販売も行います

1 day サーキット 10:30 - 11:10

好評だった、あの環境の杜サーキットトレーニングがこの日だけ復活！
ステップ台を使った有酸素運動とトレーニングチューブを使った筋力トレーニングを交互に行うエクササイズです。

定員16名 ※要予約

参加費 500円



ラジーザ

エジプト料理のキッチンカー

11:00 - 16:00

エジプトのストリートフードといえば『コシャリ』と言っても過言ではない、エジプト国民に愛されている料理です。



珈琲 雅

11:00 - 16:00

噂の手動式プレスで抽出したエスプレッソコーヒー

コーヒーの旨味を全注入しています



那覇・南風原クリーンセンター還元施設

環境の杜ふれあい TEL.098-882-6117

☎ 9:00 - 21:00 定休日：水曜日