

# 身体と脳の健活ウェルネスイベント

日時 令和7年1月10日（金）

会場 札幌市中央区北4条西5丁目-1

4F 明治安田ヴィレッジ札幌（アスティホール）

## ヨガ体験会〈親子、大人の方向け〉



ヨガ講師：櫻井知子

- ・二回に分けて開催します。内容はどちらも同じです
- ・各回50名定員
- ・ヨガマットは用意してあります。動きやすい服装でお越しください。

### 【1部】

受付：10:15～

体験会 10:30～11:10

### 【2部】

受付：13:15～

体験会：13:30～14:10

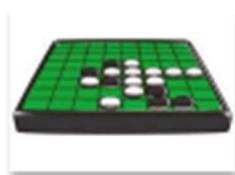
## 健康測定会

10:15～14:30

複数の測定機器でカラダの状態をチェックしてみませんか

測定器：ヘモグロビン、骨密度、ベジチェック、AGE'S、握力測定

第3回



## ～明羊戦～

こども **オ** **セ** **ロ** 大会

日本で生まれた唯一の世界的なボードゲーム

受付：11:25～

オセロ時間 11:40～12:50

駄菓子つかみどり  
あるっペン♪



### 申込方法

ヨガ体験会、オセロ大会どちらかのみでの参加も可能です。  
参加ご希望の方は QR コードよりお申込みください。

担当者コード 2525252525

明治安田と札幌市は、さっぽろウェルネスパートナー協定を締結し、札幌市民のウェルネス（健康寿命延伸）の推進に取り組んでいます。



明治安田



主催：明治安田生命保険相互会社

共催：札幌市