

第1回

富士宮市 NPO 等市民活動促進事業 2015

# 富士山! カラダの学校 まつり

みんな集まれ! レッツ健康増進♪  
体験ブース盛りだくさん!



ポーズをとらない癒しの手当法  
◆和みのヨガ <アリエ夢羽>

動かすカラダ、静まるココロ  
◆森ヨガ <山田彩>

初めてでも安心、子どもでも大丈夫!  
◆乗馬体験 <エヘガザル富士山牧場>

血圧・握力・骨年齢が測れます!  
◆カラダチェック <富士宮市健康増進課>

植物を使ってアロマテラピー  
◆森の香りを TAKEOUT  
<マルキチ薬局 高橋泉>

吹いてすっきり腹式呼吸  
◆スポーツ吹矢 <新海幸枝>

ポールを使ってのびのびすっきり!  
◆ノルディックポールストレッチ  
<フジ虎ノ門整形外科病院プラーナ>

がっつり運動したい方はこちら  
《チャレンジウォーク 2015》  
★同日開催  
★10kmと20kmの部(要予約)

☀ 少雨決行

## 11/14 (土)

時間: 10:00 ~ 15:00

場所: 田貫湖ふれあい自然塾  
(富士宮市佐折 633-14)



**入場無料! 予約不要!**  
体験料: 無料 ~ 500円

※各体験の所掌時間は5分~1時間。  
体験内容により異なります。  
※開始時間も体験内容により異なります。  
※体験内容は変更の可能性があります。



富士山西麓の  
おいしいもの  
もあるよ!

- ・鱈バーガー
- ・いもっこ
- ・富士宮やきそば
- ・豚汁
- ・野菜フライなど

アウトドア  
用品販売の  
『SWEN』も  
出店します!

★屋外で実施します。  
温かい格好で来てね!  
★マイ箸持参歓迎!

※富士山! カラダの学校は、富士宮市森林資源等活用健康推進協議会が進める健康増進プロジェクトの総称です。  
富士山西麓の朝霧高原・田貫湖周辺に広がる豊かな自然・文化・食農資源を活用して、様々な健康増進プログラムを企画・実施しています。

### 主催: 富士宮市・富士宮市森林資源等活用健康推進協議会

協議会メンバー: 富士宮市、富士宮市観光協会、白糸財産区、猪之頭財産区、静岡大学教育学部、日本大学生物資源科学部富士自然教育センター、朝霧高原診療所、天子の森運営協議会、フジ虎ノ門整形外科病院有酸素運動施設プラーナ、休暇村富士、朝霧ジャンボリー、田貫湖ふれあい自然塾、ホールアース研究所、ホールアース農場

問合せ先: 協議会事務局 (ホールアース研究所) 0544-66-0790  
当日: 090-4409-1270