

おいしく食べて健康に♪

## にほんまつ食育フェスタ

開催日 12/ 3 (日)

会場 第1部 安達公民館

第2部 安達文化ホール



### 第2部

「お残しはゆるしまへんで」の段

内容 忍たま乱太郎着ぐるみ人形劇

時間 開場13:30 開演14:00

入場料 無料

参加方法

入場整理券が必要となります。

(全席指定)

・整理券配布開始  
10/31(火) 9:00~

・整理券配布場所  
安達公民館



### 第1部

「おいしく食べるって、からだにいい」の段

内容

4つのブースをめぐって「主食」「主菜」「副菜」をそろえる試食、減塩、野菜の摂り方などを学ぶ体験ワークショップ

時間 1回目10:00~11:00

2回目11:10~12:10

参加料 無料

定員 各回親子20組(先着)

申込方法 二次元コードからお申し込みください。



1回目申込用 2回目申込用

※この事業は、宝くじの社会貢献広報事業コミュニティ助成事業による、宝くじ助成金で実施しています。

◎問い合わせ…第1部 健康増進課保健係 ☎(55)5110 Fax(23)1714  
第2部 安達公民館 ☎(23)3721 Fax(23)8203

メタボを改善!

## いきいき健康づくりフォーラム

開催日 12/10(日)

会場 安達文化ホール、  
安達公民館



## いきいき健康づくりフォーラム 二本松

12月10日(日) 時間/10:00~15:00

会場/安達文化ホール・安達公民館

入場無料

### トップ健康トーク

時間/10:20~10:50 会場/安達文化ホール

「メタボ改善にチャレンジ!」

●福島県副知事 佐藤 宏隆 ●二本松市長 三保 恵一  
●福島県立医科大学理事長兼学長 竹之下 誠一

### 健康連続講座

時間/10:15~14:55 会場/安達文化ホール

福島県立医科大学の各分野の専門家4人が講師を務めます!!どの講座も自由にご参加ください。

12:00  
12:40

よしお兄さんと一緒に  
親子体操!

講師 小林よしひさ

健康応援展示ブース 会場/安達公民館

健康づくりに取り組む団体や企業が役立つ情報を提供します!!

キッチンカーも  
来るよ!!

HPを  
チェック!!

健康測定&健康相談コーナー 会場/安達公民館

脳年齢や姿勢の歪みなどの測定、様々な健康相談にお答えします!!

スタンプラリーも  
あるよ!!



主催 公立大学法人 福島県立医科大学 健康増進センター TEL 024-547-1788 共催 福島県・二本松市

## 二本松市一周駅伝競走大会

### 交通規制のお知らせ

開催日 11月26日(日)



駅伝競走大会開催に伴い、各所において交通規制が行われます。

ランナー通過時は、ランナーの順行方向が交通規制となります。周辺を通行される際は、交通整理員の指示に従ってください。また、コース上やゴール付近の城山テニスコート周辺の公道には、車両の駐停車はしないでください。

市内の主な通過箇所(通過予定時刻)は右表のとおりです。

## 二本松市一周駅伝の主な通過箇所(通過予定時間)【中学生・一般の部】

区	距離(km)	区間(中継場所)	通過予定時刻
1区(女子区間)	3.0	スタート 安達ヶ原ふるさと村	9:30
2区	3.4	第1中継所 秋山商店前	9:40~9:48
3区	3.1	第2中継所 川口バス停付近	9:52~10:03
4区	2.6	第3中継所 岩南集会所前	10:03~10:20
5区	3.9	第4中継所 遠藤建設倉庫前	10:12~10:31
6区	2.2	第5中継所 藤内地会館前	10:24~10:49
7区	2.8	第6中継所 上川崎13区集会所前	10:34~10:51
8区	3.9	第7中継所 野辺区生活改善センター前	10:44~11:05
		ゴール 城山総合体育館前	10:57~11:18

◎問い合わせ…生涯学習課スポーツ推進係 ☎(62)7067 FAX(22)7171



出演者と聴衆が一体となって楽しめる音楽祭

## 第26回二本松市民音楽フェスティバル

市内の小中高の児童生徒、一般の音楽団体が集います

日時

11/26(日)

開演10:00

会場

二本松市民会館

入場料 無料

◎問い合わせ…文化課文化振興係

☎(55)5154 Fax(23)1326



11/26「城コス2」「3aiみつばちfes」同時開催

## お城山ルシェ

日曜日は、コスプレイベント「城コス2」、

「3aiみつばちfes(秋祭り)」が同時開催!

日時 11/25(土)、26(日)

10:00~16:00

場所 にほんまつ城報館

◎問い合わせ…

にほんまつ城報館

☎(22)6630

Fax(22)6638



紅葉の白髭宿、とうわ路を歩こう!

## 第15回東和あぶくまふるさとウォーク

日時

11/12(日) 9:30~14:00頃

コース

太田白髭地域

(道の駅ふくしま東和ほか)

参加費 大人 1,000円

小学生以下 500円

定員 300人(先着順)

◎問い合わせ…

東和あぶくまふるさとウォーク

実行委員会事務局

☎(46)2113



Welcome 二本松 de 婚活

## X'mas Party



日時 12/3(日) 14:00~18:00

会場 アーバンホテル二本松

対象者 30歳~45歳までの独身男女

※男性は市内在住・在勤の方

参加料 男性5,000円 女性2,000円

申込方法

二本松商工会議所のホームページをご覧ください。

申込締切 11/10(金)

※参加希望者多数の場合は抽選。



◎問い合わせ…

二本松商工会議所 ☎(23)3211

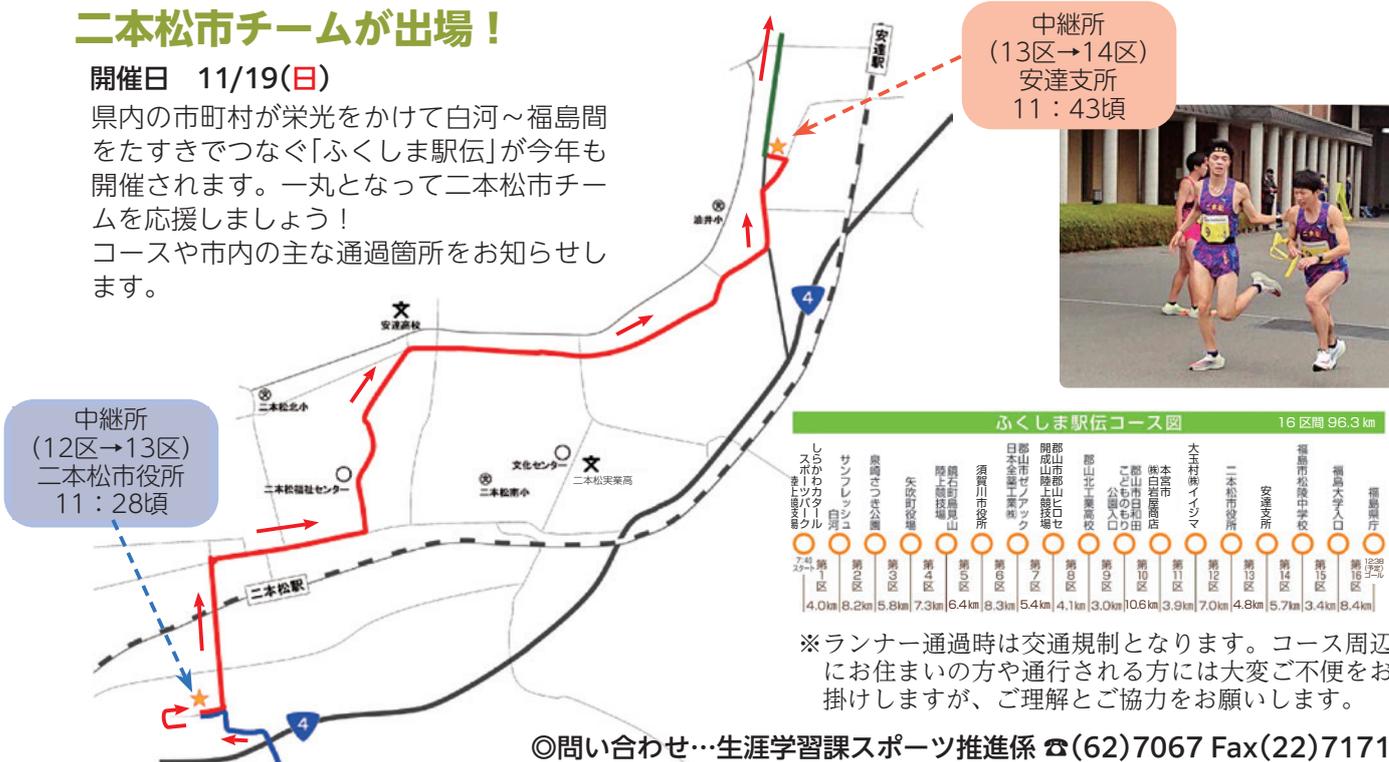
第35回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会

## 二本松市チームが出場!

開催日 11/19(日)

県内の市町村が栄光をかけて白河~福島間をたすきでつなぐ「ふくしま駅伝」が今年も開催されます。一丸となって二本松市チームを応援しましょう!

コースや市内の主な通過箇所をお知らせします。



※ランナー通過時は交通規制となります。コース周辺にお住まいの方や通行される方には大変ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◎問い合わせ…生涯学習課スポーツ推進係 ☎(62)7067 Fax(22)7171