

三木市記者発表資料（令和8年9月29日発表）			
担当部課名	担当長	担当係	電話番号
健康福祉部 高齢福祉課	課長 坂本英之 (内線 2330)	介護予防係	0794-82-2000 (内線 2342)

タイトル	
「みっきい☆健康ミニフェスタ」を開催 ～買い物ついでに「見て」、「知って」、「学べる」健康イベント～	
本件のポイント	
・ みっきい☆シニア健康サポート事業の一環として、健康づくりおよびフレイル予防の普及啓発を目的に健康イベントを開催します。 ・ 握力測定や骨健康度測定など、買い物ついでに「見て」、「知って」、「学べる」企画をご用意しています。	
説明文	
健康づくりやフレイル予防の啓発イベントをイオン三木店で開催します。買い物ついでに気軽に楽しく学べる企画をご用意しています。イベントで楽しみながらご自身やご家族の健康について考えてみませんか。	
1 日 時	令和8年10月20日（火） 午前9時30分～午後1時（最終受付：午後0時30分）
2 会 場	イオン三木店 1階 催事場（エレベーター前）、フードコート前
3 内 容	(1) フレイル予防に関する健康相談 (2) 握力測定 (3) 骨健康度測定（兵庫ヤクルト販売株式会社） (4) 「これから」を考える人生会議（ACP） (5) みっきい☆いきいき体操の紹介 (6) みっきい☆健康アプリの使用サポート
4 協力企業	イオン株式会社、兵庫ヤクルト販売株式会社
5 ホームページ	http://www.city.miki.lg.jp/soshiki/97/96696.html
	
本案件は次の SDGs 目標に関連します。	
3 すべての人に健康と福祉を  11 住み続けられるまちづくりを  17 パートナーシップで目標を達成しよう 	