

スキマ時間革命
心も体も変わる
習慣法



JO-BI

JO-BI 健康フェス2026

— No Health No Life —

2026.1.31 土 10:30-15:00

in 郡山市男女共同参画センター さんかくプラザ

体験型



キーホールダー作り、
記憶力、体で楽しむ
クイズゲームや
反射神経テストが
楽しめます！



親子で楽しめる
コーナー
盛りだくさん

ヘルシー料理



手軽に作れる健康的な
軽食レシピを紹介！
カロリーを競うゲーム
や、実際に食べ比べて
楽しめるコーナーも！



ヘルシースープ
の試食あり♪

アロマで診断



好きな香りを見つけて
心をリラックス♪
気に入ったアロマから
自分の性格が分かる！？

自分だけの
香りを
見つけよう



主催：国際ビジネス公務員大学校（総合医療事務科1・2年）
共催：郡山市・一般財団法人 太田総合病院・株式会社コスモファーマ

申込は
こちらから→

アクセス・駐車場の ご案内



徒歩の場合

JR郡山駅から 徒歩約25分

バス

周辺には下記のとおり8か所バス停があります。

駐車場

- ・上記のとおりP1～P4まで駐車場はありますが、台数に限りがありますので
麓山地区立体駐車場をご利用ください。
 - ・さんかくプラザ周辺の道路は一方通行ですので
交通法規を遵守してください。