

# 運動不足を解消！

# 自粛生活の

家族みんなでのしく健康！

なかい

健康づくりステーションへ

ようこそ！

OPEN

月曜～金曜 9:00 - 17:00

\*祝日および年末年始を除く

全ての器具  
ご利用

無料

中井町保健福祉センター内

「未病センター」がパワーアップ！

1

知って

## 毎日の健康をチェック！

- ・ 脳年齢測定
- ・ 血圧計
- ・ 身長計
- ・ 体重計 他

すぐに測れる  
各種健康測定器  
が充実！



2

試して

## 乗るだけ！ドクターエア

「結果にコミットする」 RIZAP × DOCTOR AIR

ライザップ監修  
「ドクターエア」  
3D バランスブレード  
(3台)

立ってバランスを  
とるだけで筋肉が  
鍛えられる！

3

習慣に

おうち以上

ジム未満で

運動を

「習慣」に！



中井町健康課

# サイクルマシンで 中井を駆け抜ける！

なかい

健康づくりステーションへ

ようこそ！

OPEN 月曜～金曜 9:00 - 17:00

\*祝日および年末年始を除く

全ての器具  
ご利用  
無料

次世代アプリ「**ROUVY**」

バーチャル

いま話題の**VRサイクリング**が登場！



実写によるリアルなバーチャルスポーツで  
世界とつながる！

中井町の  
ロケーションの  
リアルな魅力を  
再発見 &  
世界中に発信！



NAKAI / WORLD

画像はイメージです

世界中の実写風景も  
楽しめる！

友達や家族と一緒に  
世界中をサイクリング

中井町健康課

