



浜松ウェルネスウィークエンド 2026 の開催について

本市は「ウェルネスシティ（予防・健幸都市）」の実現を目指し、浜松ウェルネスプロジェクトの取組を推進しています。

昨年度に引き続き、「浜松ウェルネスウィークエンド 2026in プレ葉ウォーク浜北」と題し、市民のウェルネス推進とアプリの利用促進を図るイベントを、下記のとおり開催します。

本イベントでは、浜松ウェルネス推進協議会に参画する企業・団体による体験型ブース出展を中心に、市公式ヘルスケアアプリ「はままつ健幸クラブ」の紹介とダウンロード支援、抽選で健康応援グッズが当たるスタンプラリーを行います。

また、協力を得られた6つの企業・団体が、それぞれの会場でサテライトイベントを実施します。

本イベントは、国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド（※）に登録されており、本市は同アンバサダーに就任しています。

※国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド 2026（以下「WWW2026」という。）は、2026年9月18日（金）～20日（日）の3日間、世界190か国で様々な取組（フィットネス、ヨガ、アウトドア、リラクゼーション、マッサージワークショップなど）が行われる世界最大のウェルネスの祭典です。



<WWW2026>

記

1 本会場・開催日時

プレ葉ウォーク浜北 1F プレ葉コート（浜松市浜名区貴布祢 1200 番地）
令和8年9月19日（土）10:00～16:00

2 本会場出展ブース

15 ブース

3 本会場注意事項

事前予約不要、参加費無料

4 スタンプラリー

本会場で3つ以上のブースを回られた方に、抽選で健康応援グッズをプレゼントします。（数量限定）

5 サテライト会場

（1）浜松城公園 文化財ウォーキング

開催日時：令和8年9月20日（日）9:00～12:00

集合場所：浜松城公園中央芝生広場時計台藤棚ベンチ

注意事項：参加費 1,000 円（当日出発前現地にて）。

小雨決行（荒天順延）。



電話またはメールでの事前予約が必要

・ 電話：070-3832-2025

・ メール：field.trip.society.tokyo.kyoto@gmail.com

(2) 睡眠講座～睡眠の新常識、寝姿勢の違いによる驚きの効果～

開催日時及び場所：令和8年9月18日（金） 長上協働センター 和室
令和8年9月19日（土） 篠原協働センター 和室
令和8年9月20日（日） 曳馬協働センター 和室
各会場 10：00～12：00、14：00～16：00 の2部制

対象者：浜松市在住の方（15～20名程度）

注意事項：参加費無料、電話での事前予約が必要（090-2921-1389）

(3) ノルディック・ウォーキング in 佐鳴湖

開催日時：令和8年9月18日（金）9：30～11：30

集合場所：佐鳴湖西岸時計塔横のあずまや

注意事項：参加費無料、事前予約不要、傷害保険は各自対応

(4) 国の史跡である二俣城址の清掃活動を通じて、歴史を学ぶ

開催日時：令和8年9月19日（土）10：00～11：00

集合場所：二俣城址（本丸址）

注意事項：参加費無料、事前予約不要、傷害保険は各自対応
悪天候時の実施は自己判断

(5) スポーツジム開放

開催日時：令和8年9月19日（土）10：00～17：00（最終受付 16：00）

開催場所：NiceBeaT 浜松（浜名区小松 1680）

対象者：15歳以上の市民

注意事項：参加費無料、プール・お風呂の利用不可、室内シューズが必要
電話での事前予約推奨（電話：0120-506-846）

(6) 自分にぴったりに【お灸教室】

開催日時：令和8年9月19日（土）11：00～12：00

開催場所：高部鍼灸院（中央区志都呂 1-39-16）

対象者：女性限定（3～4名）

注意事項：材料費 1,500 円、
事前予約が必要（電話：053-440-4349 または高部鍼灸院 HP の申込フォーム）

6 その他

それぞれ詳細はチラシを御覧ください

