

すこやかだより

保健センター
通信

TEL(48)1111
(内311・312)

第22回健康まつりを開催

日時 11月8日 午前10時～午後3時

場所 オアシスセンター(保健センター)

「心も体もイキイキ元気！」



昨年の様子

人生を生き生きと過ごすためには、自分の健康に関心を持ち、日ごろから健康的な生活を送ることが大切です。「健康まつり」に参加して自分の健康について考えてみませんか。今年には特に、心の健康に関するコーナーを多く設けます。また、ウォークラリーも行います。チェックポイントを、家族で楽しみながら回ってください。

【一階会場】

8020表彰(ロビー)

時間 午前九時半～午前九時四十分

救急コーナー

「防災グッズ展示」身近なもので

できる応急手当の実演、「やってみよう防災クイズ」

歯科コーナー

「歯科健診・フッ素塗布(フッ素塗布は小学生以下)」、「かむ力のチェック(歯科健診を受診した大人百人)」、「口臭測定」

時間 午前10時～正午

「むし歯菌チェック」(先着二百五十人)、「歯ならびゲーム」、「家庭で使えるフッ素商品の紹介」

時間 午前10時～午後三時

妊婦体験コーナー

「妊婦体験」

時間 午後一時～午後三時

あそびの広場

「おもちゃ作り」、「手型・足型」、「エプロンシアター」

【二階会場】

メタボチェックコーナー

「血糖値測定(対象二十歳以上、定員二百人)」、「おへそ周囲径、内臓脂肪の多さのレベルなどを機械でチェック(対象二十歳以上)」

栄養コーナー

「ちびシェフクラブへげんこつあめを作ってみよう」受付時間：午前10時十五分～11時四十五分・午後一時～午後二時半(定員二百人)、「野菜を仲間」ごとに分類してみよう、

「手作りおやつ(蒸しパン)の試食(限定二百食)」

生活習慣病予防コーナー

「血液サラサラチェック(対象二十歳以上、定員九十人)」採血はしません。オアシスセンター玄関前で整理券を配布します。

配布時間 午前の部：午前10時～(定員四十五人) 午後の部：午後零時四十五分～(定員四十五人)

【三階会場】

リラククスコーナー

「アロマでゆったりリラククス(昼休憩有り)」、「ストレス度チェック(対象二十歳以上)」

体チェックコーナー

「足型測定」、「姿勢判定」、「骨密度測定(対象十五歳以上、測定は素足で行います。)

保健所コーナー

「心の健康について」、「アルコールパッチテスト」、「酒害相談」、「断酒図書の展示」

21計画コーナー

「あなたのストレス解消法は？」

環境コーナー

「廃油石けんの作り方(使い方について)」、「EM菌活性液の使い方について」など

【駐車場会場】

バザー

びっくり箱作り

みたらし団子の販売