

2004 蒲郡市民健康まつり

「家族の健康、みんなの笑顔、

はじめよう健康がまごおり21」

とき 11月7日(日) 午前10時～午後3時
ところ 蒲郡市保健医療センター

はじめよう「健康がまごおり21」

今年のテーマにもある「健康がまごおり21」とは、一人でも多くの市民の皆さんに健康づくりに取り組んでいただき、健康でいきいきとした生活を手にしていただくことをめざした「健康づくり計画」です。健康づくりは、一人ひとりが意識してやろうと思わなければ、なかなか取り組みにくいものです。しかし、皆さんが、健康でいきいきとした未来を勝ち取るためには、自分ができることから健康づくりに取り組むことが大切です。

健康まつりでは、「健康がまごおり21」の紹介をはじめ、各コーナーでいろいろなイベントを行います。ぜひ健康まつりに参加して、1つでも、いくつでも「これならできる」というものを見つけてみてください。家族みんなで健康づくりをはじめてみませんか。

3 階

健康相談コーナー

- ・内科健康相談
- ・職場における健康相談
- ・眼科健康相談

生活習慣病検査コーナー

- ・血圧測定・体脂肪測定・身長測定

眼科検査コーナー

- ・視力測定・眼圧測定・眼鏡検査

喫茶コーナー

- ・コーヒーの無料サービス

2 階

くすりの相談コーナー

- ・くすりと健康の相談 (サプリメント活用の基本)
- ・体成分をチェックしてみませんか
- ・お茶コーナー
- ・体温計と救急箱の点検
*家庭の体温計、救急箱をお持ちください

酒害相談コーナー

- ・酒害に関する相談
- ・アルコール体質テスト(パッチテスト)

私の朝食チェックコーナー

応急処置体験コーナー

- ・レサシアン(人形)を使用した心肺蘇生法の実技体験
- ・救急用のビデオ放映
- ・パネルの展示

ヘルスメイトコーナー

- ・親子で食育コーナー
～正しい食生活を学ぼう～
- ・簡単おやつ作り(どんどん焼き)
< 2回実施、定員30人 >
- ・試食コーナー(カルシウムバー)
< 2回実施 >

健康がまごおり21コーナー

- ・健康がまごおり21の紹介
- ・健康クイズ
- ・リハビリ自主グループ紹介

ワイワイキッズコーナー

- ・親子で手作りおもちゃを作ろう

骨髄ドナー登録会コーナー

- ・骨髄ドナー登録の説明と登録手続き

1 階

歯の健康コーナー

- ・歯の健康ポスターの表彰式と作品の展示
- ・802受賞者の表彰式
- ・ムシ歯菌を見ようコーナー
- ・口臭測定コーナー
- ・歯科相談コーナー
- ・おみやげコーナー
- ・歯の健康づくり得点チェック
- ・おやつづくりゲーム

歯科技工コーナー

- ・石こう人形(動物)の色塗り

健康とたばこコーナー

- ・たばこに関するクイズ
- ・禁煙相談
- ・呼気中のCO濃度測定

ストレスチェックコーナー

- ・ストレスの自己チェックとアドバイス

国保コーナー

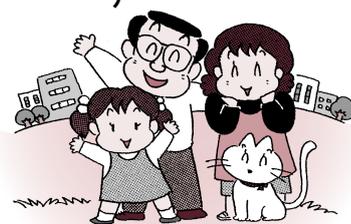
- ・国民健康保険啓発用品配布
- ・国民健康保険クイズ

いきいきヘルス運動コーナー

- ・運動体験 乳幼児向け・高齢者向け・太極拳)

総合案内

- ・館内の案内など



蒲郡市民健康まつり
実行委員会事務局
(保健センター)

67 1151

駐車場

献血コーナー

- ・献血活動
- ・四献キャンペーン(献眼・献腎・骨髄バンク・成分献血の登録)