

2005

蒲郡市民健康まつり

くわくわく体験、みんなで健康づくり

とき 11月20日(日) 午前10時～午後3時

ところ 保健医療センター



健康まつりは、市民の皆さん

が自分にあった「健康法を見つけ

る」お手伝いをしています。今回

は、「健康がまごおり21」の8つ

の大目標が各コーナー名になっ

ています。子どもから大人まで

楽しめるコーナーです。さらに、

各コーナーを回った数に応じて

記念品がもらえるスタンプラ

リーも実施します。

皆さん、ぜひ、健康まつりに

参加して「これならできる」とい

うものを見つけ、家族みんなで

健康クイズ(豪華商品を進呈)

時間:午後2時～

黒ごま入りミルクくず餅試食

(午前10時30分、午後1時)

間食のカロリー計算

食に関する簡単チェックなど

足型測定

姿勢、正しい歩き方相談

歩いて楽しい!

ウォーキングコース紹介

ベビーとお母さんの体操

親子・キッズ体操(予約制)

太極拳の体験(予約制)

アルコール体質テストなど

目で見てわかるたばこが体に

及ぼす影響

たばこの煙から子どもを守る

アイデア募集

喫煙者の酸欠度チェック

歯の健康コーナー

歯科相談

口臭測定

8020受賞者の表彰式

歯の健康ポスターの表彰式

入れ歯相談など

習慣病相談

職場における健康相談

くすりと健康の相談

健康度チェック

体温計と救急箱の点検

心肺蘇生法の実技体験

自動体外式徐細動器(AED)の

実技体験

骨髄ドナー登録と献血など

野菜とぼかしの販売

ぼかしの無料配布(各100人)

(午前10時～午後1時)

地域づくり

コーナー

ステップしおさい自主製品販売

ビデオ放映(心の病について)

昔の遊び・親子遊び体験

コーヒー、お茶の無料サービス

お知らせ

予約の必要な催しものは、10

月1日の回覧で募集しています。

スタンプラリーの台紙は、広

報がまごおり11月1日号の裏表

紙に掲載します。

問合せ先 保健医療センター ☎67♦1151



食事コーナー


◆調理実習(予約制)

内容:朝食づくりと講話

対象:小学生親子20組(祖父

母も可)

時間:午前11時～午後3時



運動コーナー

◆足型測定

◆姿勢、正しい歩き方相談

◆歩いて楽しい!

◆ウォーキングコース紹介

◆ベビーとお母さんの体操

◆親子・キッズ体操(予約制)

◆太極拳の体験(予約制)




心の健康・休養コーナー

◆ストレス解消法の紹介

◆アロマオイル体験

◆リラックスマスルーム体験



たばこコーナー

◆目で見てわかるたばこが体に

及ぼす影響

◆たばこの煙から子どもを守る

アイデア募集

◆喫煙者の酸欠度チェック



歯の健康コーナー

◆歯科相談

◆口臭測定

◆8020受賞者の表彰式

◆歯の健康ポスターの表彰式

◆入れ歯相談など




疾病予防と病院コーナー

◆身長、体重、体脂肪、血圧、視力、

眼圧の測定

◆医師(内科、眼科)による生活



住環境コーナー

◆野菜とぼかしの販売

◆ぼかしの無料配布(各100人)

(午前10時～午後1時)



地域づくり

◆ステップしおさい自主製品販売

◆ビデオ放映(心の病について)

◆昔の遊び・親子遊び体験

◆コーヒー、お茶の無料サービス

◆お知らせ

予約の必要な催しものは、10

月1日の回覧で募集しています。

スタンプラリーの台紙は、広

報がまごおり11月1日号の裏表

紙に掲載します。