



あなたの健康づくりを応援

健康・福祉祭

とき 6月1日(日) 午前8時45分～午後2時半
ところ まきがね公園

まきがね公園で「市 2014 健康・福祉祭」を開催します。これは、皆さんが健康について関心を持ち、自ら健康づくりに取り組む切っ掛けになるようなイベントです。

自分自身の健康を知ったり、福祉のことを学んだりする機会です。家族そろって出掛けてください。

□内容

・体組成計測、骨密度測定などの健康チェック、お口のチェックや相談、健康おやつの試食、医師による健康相談、ロコモティブシンドローム（運動器症

候群）の紹介と運動指導、禁煙相談、育児相談など

- ・ノルディックウォーキングで楽しく健康づくり
- ・ボランティア活動紹介、子どもの遊び体験コーナー、認知症予防コーナー、運転適性検査
- ・トレーニングジムの無料開放、弓道体験
- ・福祉施設による食べ物の店やバザー、餅つき大会
- ・餅投げ（午後2時20分ごろ）

□その他 詳しくは5月26日(月)の新聞折り込みチラシなどを参照ください。

□問い合わせ 健康推進課 ☎ 26-2111（内線 255）



簡易の健康チェック



ノルディックウォーキング体験



歯磨きの指導

主な内容

学び・医療	2～3
スポーツ	4～5
高齢者	5～6
子育て	6～7

くらし	7～11
相談・ごみ収集日	12～13
健康ガイド	14～15
「えなっコ」チャンネル	16

今回の広報には「いっしょに手をつなご」「体連えな」が折り込んであります。読むときは、外してお読みください。