

11月3日(木) 時間10:00~15:00 会場は町民体育館 で行います。

# 健康まつり



「痛くないから大丈夫」「若いから病気なんて・・・」と思っているあなたへ!

あなたの健康意識を変える健康まつり!!

## ●食のコーナー



健康食試食⇒ 食生活改善推進員さんの手作り料理  
350gの野菜とは⇒ 実際に量って見てみよう  
塩と血管の関係 ⇒ 塩が体に及ぼす影響を知る  
味噌汁の塩分測定⇒ 家の味噌汁は濃い?と思う方は  
味噌汁を持ってきてください

## ●健康相談コーナー

医師・保健師の健康相談⇒ 悩み相談受付ます  
健康チェック⇒ 血糖、血圧、体脂肪、骨量測定

## ●放射線コーナー

放射線飛跡実験⇒ どのように飛ぶのでしょうか  
パネル展示⇒ 放射線について知ろう

## ●共同募金コーナー



マジックバルーン⇒ かわいい動物バルーンを作る  
手作りキーホルダー⇒ 上手にできるかな?  
風船のプレゼント⇒ 募金の協力をお願いします

## ●町の医療費の現状

各地区の健診受診率⇒ 地区別受診率トップ10  
町の医療費はいくら?⇒ 何の病気の医療費が高い?

## ●チャレンジふくしま県民運動参加

ふくしま健民アプリポイント対象事業

⇒ ポイントを貯めて「ふくしま県民カード」をもらおう

## ●歯のイメージキャラクター展示コーナー

⇒ 小中学生が描いた作品です。最優秀賞は・・・

## ●体機能チェックコーナー



パソコンを使ったゲーム感覚のチェックコーナー  
体力測定、背筋力計

## ●がん予防コーナー

がんのパネル展示⇒ がんを知って、がん予防  
禁煙パネル、タールサンプルの展示



がんにかかる人が増えています。高血圧症にかかる方が増えています。若い人の突然死が増えています。

さあ、今から始めましょう! 病気にならないための生活、あなたは何かができますか?

健診、禁煙、禁酒、減量、減塩、運動、食事・・・できることを少しずつ、健康的な生活がんばってみませんか?

【問い合わせ】保健福祉センター 73-3101 社会福祉協議会 73-3022