

入場無料

健康フェスタ

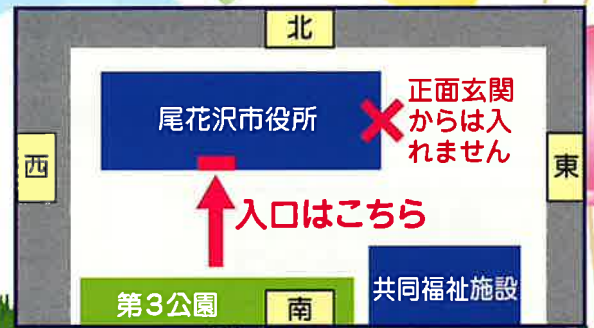
2024

2024年

日時 **10月5日** 土

9:00~14:00〔最終入場受付 13:30〕

会場 **尾花沢市保健センター**
ほか尾花沢市役所内



市民健康講演会 『健康寿命と認知症』

独立行政法人国立病院機構山形病院 特命副院長
(国立病院機構山形病院 認知症疾患医療センター長)

多田 敏彦 氏

- 講演時間 10:30~11:45
- 会場 3階・大会議室

健康な状態のまま生涯を全うすることができれば…皆の願いです。それをおびやかす認知症とはどんなもの？予防法は？この機会にじっくりお聞きください！

おばね満喫ウォーキング 徳良湖☆ルディックウォーキング

- 出発時間 8:00(集合時間7:45)
- 集合場所 尾花沢市役所・南側玄関
- 所要時間 約2時間
- 参加費 無料
- 申込み 10/4 正午まで
健康増進課へ
- 持ち物 飲み物、汗ふきタオル等
- その他 ウォーキング終了後はぜひ講演会や各コーナーにもお越しください☆



健康いろいろ測定コーナー

(明治安田生命保険相互会社)

あなたの身体の健康測定ができます！お気軽においでください☆

世界初！骨密度を手首で測定可能！

●骨ウェーブ



あなたの脳と血管年齢は？

●脳年齢測定



●血管年齢測定



野菜の摂取(せっしゅ)レベルが分かります

●ベジチェック



あなたの健康づくり、保健師・管理栄養士・理学療法士・食生活改善推進員・保健委員がお手伝いします!!

減塩・ベジアップ☆ランチ

申込不要先着80名

健康増進の鍵となる「減塩」&「野菜をもっと食べよう!」をテーマにしたランチを提供します。減塩でもおいしくいただけるコツを学びましょう☆



尾花沢市食生活改善推進協議会

栄養バランス診断

あなたが選んだメニューの栄養バランスがすぐにわかります!ご希望の方には、管理栄養士がアドバイスします☆



山形県立米沢栄養大学・公益社団法人山形県栄養士会

身体のセルフメンテナンス

ひざや腰などの痛みやゆがみについて、自宅でできるお手入れ方法を、リハビリの専門家がアドバイスします☆



一般社団法人山形県理学療法士会

手洗いチェック

手洗い前後の汚れを数値で見ることができたり、洗い残しが一目でわかります☆自分はちゃんと洗えているのか!?この機会にチェックしてみてください☆



ケミカル産業株式会社

食育めりえ展示

こどもたちの色とりどりの力作をぜひご覧ください☆



市内保育園・幼稚園のみなさま

ピンクリボン☆ツリー

10月はピンクリボン月間です。思いをこめてリボンを結びましょう☆



健康標語

“健康”にまつわる日常のあるあるを、みなさんの地区の保健委員さんが標語にしたためました。「わかるわぁ〜」と共感したら「いいねシール」を貼っていただきね☆



尾花沢市保健委員協議会

生涯元気づくりポイント

ポイント対象事業ですので、カードをお持ちください。ポイント事業について詳細はこちらから→



ポイントカードをお持ちでない方はスタッフまでお声がけください。



アンケートに答えて抽選会

各コーナーを回ったらアンケートにご協力ください。提出いただくと抽選が1回できます☆



主催/尾花沢市・尾花沢市健康福祉推進協議会

健康増進に関する連携協定企業/明治安田生命保険相互会社

協力/独立行政法人国立病院機構山形病院、山形県立米沢栄養大学、公益社団法人山形県栄養士会、一般社団法人山形県理学療法士会、尾花沢市食生活改善推進協議会、尾花沢市保健委員協議会、ケミカル産業株式会社

●お問い合わせ先/尾花沢市健康増進課

TEL: 0237-22-1111 【受付時間: 平日9時~17時】

✉ kenko@city.obanazawa.yamagata.jp