

平成20年度

健康まつり



日時 9月30日(火)午前10時～午後2時
会場 南保健センター

子ども向け

＜絵本^{アソビ}&手形スタンプコーナー＞
午前10時～正午

絵本の読み聞かせを親子で体験しませんか。
また、お子さんの手形を取ってプレゼント！

＜子どもに安全をプレゼント＞
午前10時～午後2時

- 子どもの事故を防ぐ工夫を紹介
- 南消防署による応急手当の実技指導など
- ※実技：午前11時～11時45分

大人向け

＜健康講話＞ 午後1時～2時

講題 「健康の鍵は笑顔！」
講師 五輪橋産科婦人科小児科病院
名誉理事長 丸山 淳士

＜みんなで食育＞
午前10時～午後0時30分

- 札幌市食育推進計画の紹介
- 男性料理グループ展 ●手の衛生チェック
- 食生活改善展・ミニ学校給食展
- 試食(午前11時～午後0時30分 先着100人)

＜アロマでリフレッシュ＞
①午前10時～正午、②午後1時～2時

ラベンダーの香りでリフレッシュ！
①ハンドトリートメント体験
②ハンドクリーム作り
講師 社団法人 日本アロマ環境協会認定
インストラクター 中山小百合

＜ネイチャーゲームウォーキング＞
午前9時30分～11時30分(要予約)

真駒内公園で、自然体験ゲームをしながら、
楽しく歩きませんか(3km、4kmコース)。
定員 50人(先着順)
申込方法 9月11日(木)から電話で下記へ

＜リラクスマッサージ＞
午前10時～11時30分

マッサージを受けてみませんか？

＜健康づくりグループの活動紹介＞
午前10時～午後2時

＜体力測定＞ 午前10時～正午

＜薬の健康相談と血管年齢チェック＞
午前10時～午後2時

＜健康情報コーナー＞
午前10時～午後2時

- メタボリック症候群の予防方法を紹介
- 乳がんの自己チェック方法を紹介

＜歯科ドック＞
午前10時30分～午後1時

- お口の健康(虫歯菌・歯周病)をだ液でチェックしてみませんか(先着50人)。

詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

広告

