

同日開催! TGK48 コンサート

測る! 知る! 学ぶ! 体験する!

# 元気の祭典 健康フェスタ

平成28年

10 / 1 **土**

11:00~15:00

※各コーナーにより時間が異なります

バロー文化ホール

多治見市十九田町2-8

10月1日は  
みんなで元気に!



※駐車場に限りがありますので公共交通機関か徒歩でご来場ください。

※駅北立体駐車場をご利用の方は3時間無料になります。駐車券を持ってご来場ください。

元気の祭典に歩いて参加しましょう!



当日10分以上歩いて参加の方には記念品をプレゼント!

## 主な内容

コーナー名・場所	時間	内容
市民公開講座 小ホール	14:00~15:00	東濃中央クリニック院長 大林浩幸氏 「身近で恐ろしい肺の病気 COPD」<COPD: 慢性閉塞性肺疾患>
健康チェックコーナー 展示室 A	11:00~15:00	血糖測定 (先着 80 名)、体内成分測定、塩分量測定 (※ご家庭のお味噌汁をお椀半分程度の量持参していただくと測定できます)、肌水分チェック (先着 40 名) など 
相談コーナー 展示室 A	13:00~15:00	小児医療相談、お薬相談、フットケアアドバイスなど
知って得するミニ講座 2階大会議室	① 13:00~13:15 ② 13:30~13:45	市民病院医師のミニ講座 
運動体験コーナー ①展示室 B ②2階大会議室	① 11:00~15:00 ② 13:00~15:00	①ロコモチェック  ②座ってできるエクササイズ (②の時間内に随時行います)
ランチョンセミナー 「バランスのよい食事のとり方」 2階大会議室	12:00~12:45	先着 100 名! ヘルシーワンコイン (500 円) ランチを食べながら栄養について学ぼう。 ※要予約 [9/12~受付] 定員になり次第受付を終了します。 予約は保健センターへ [TEL] 25-3725 
ハッピープランコーナー 市民ホール	11:00~15:00	ストレスチェック (先着 80 名)、肺年齢測定、足指チェッカー (足の筋力測定など) ※食生活改善推進員によるヘルシークッキーの配付あり (11 時~ 先着 300 名)
キッズコーナー	13:00~15:00	消防車・救急車がやって来る! クイズ・遊びの体験など。 消防服を着て記念撮影ができます。



※都合により内容が変更になる場合があります。

【主催】 多治見市民病院 多治見市保健センター 【共催】 全国健康保険協会岐阜支部

【問い合わせ】 多治見市保健センター TEL 25-3725