

港区 のばそう健康寿命!!

みなとくで
ながいきしよう
ともに元気で!

健康フェスタ 2018

～ 健康 & 運動 & 食育 ～

11/17 (土)

午後1時30分～4時
ゆめホーム「ゆめ」かなえる
港区民センター

入場
無料

1階
ホール

健康チェック

- ★血管年齢測定
- ★骨量測定
- ★アルコールパッチテスト
- ★握力測定



1階
オープン
スペース

健康相談

- ★肌水分チェック
- ★頭皮チェック
- ★認知症チェック
- ★ロコモチェック
- ★医師による健康相談



ミニ講座

- 13:45～
脳トレで頭そうかい!
- 14:15～
かかりつけ薬局をつくろう
- 14:45～
転倒・骨折予防体験

体験コーナー

- ★子どもの薬局体験
「キッズファーマシー」
- ★ハンドマッサージ



- ★3Dセンサで
体のゆがみチェック
20～59歳の方
先着40名



展示など

- ★幼稚園、保育所(園)の
食育取り組み
- ★障がい者作業所の
製品販売
- ★おなかの健康
～乳酸菌飲料試飲～



- 15:20～
正しいラジオ体操
(ステージ)

10年後の
姿勢は?

健康診断

- ★結核健診
(胸部X線検査)
15歳以上
無料



小学生以下のキッズ対象
スタンプラリー実施
スタンプを集めて
プレゼントをもらおう

2階

橘～せちばな～

- ★食育SATシステムを
使った昨日の夕食診断



橘～つばき～

- ★wii-fitで
バランス年齢
チェック

橘～うめ～

- ★手作りおやつを試食提供
- ★子どもと一緒にみたらし団子作り
- ★1日分の野菜の量を当てよう!
- ★豆はこびゲーム



橘～がえて～

- ★体脂肪測定
- ★パクパク人形づくり

松竹～しょうちく～

- ★フッ化物塗布・ブラッシング指導
先着100名(受付15:30まで)
- ★口唇圧検査
- ★歯科相談



主催 健康フェスタ2018実行委員会

(一社)港区医師会、(一社)港区歯科医師会、港区薬剤師会、港区公衆衛生協会、港区地域振興会、港区民生委員児童委員協議会、港区地域女性団体協議会、港区食品衛生協会、港区食育推進ネットワーク、港区食生活改善推進員協議会(桜米会)、港区健康づくり推進協議会(のぞみ会)、すみれ会(健康教室修了者の会)、港区障がい者施設連絡会(ポートネット)、港区社会福祉協議会、港区子育て支援センター、港区子ども・子育てプラザ、大阪市コミュニティ協会港区支部協議会、八幡屋スポーツパークセンター、港スポーツセンター、港区役所・港区保健福祉センター

協カ/南大阪ヤクルト販売(株)、みなと生協診療所、ニッタイ(株)、NPO法人 海・空・太陽、(学)大手前学園、港区運動サポーター、ケアマネポート、大阪府看護協会市西支部、雪印ビーンスターク(株)

(順不同)

