

港区

健康フェスタ 2019

～健康・運動・食育～

みなおそう
な かまと
と もに
健康づくり

日時 令和元年 11月16日 (土)

13:30～16:00 13:20 開場

場所 ゆめホーム「ゆめ」かなえる 港区民センター

入場
無料

おもな内容

体験

- こどもの薬局（薬剤師）体験
- おやこでできるヨガ遊び（14時～）
- 健康グッズ
・ノルディックウォーク体験
- 子どもが作る『一銭焼き』
（先着80名、5歳以上）（※）
- 手作りおやつを試食（先着100名）
- ハンドマッサージ（先着40名）（※）
- 豆はこびゲーム



健康チェック

- アルコールパッチテスト
- 呼気中の一酸化炭素濃度測定
- 食育SATシステムの栄養評価
- 手洗いチェッカー
- 重心バランス・BMI測定
- 認知症チェック・ロコモチェック
- 骨密度測定（先着50名）（※）
- 血管年齢測定（先着200名）（※）
- からだ・ゆがみバランス測定（先着40名）（※）



展示

- 食育の展示・紹介
・幼稚園・保育所（園）の食育の取り組み
・離乳食の実物展示
・小学校給食紹介
・体脂肪測定 等
- おやつのはかりはどれくらい？
- 食品カードで栄養の働きを知ろう
- 障がい者作業所の自主製品展示
- のぞみ会・すみれ会の活動紹介



健康相談・健康診断

- 医師の健康相談
- 結核健康診断（15歳以上）
- フッ化物塗布（先着100名）
- 歯の健康相談・ブラッシング指導



学 ぶ

- がん検診・特定健診について
- 顕微鏡で乳酸菌を見てみよう
- 乳酸菌飲料の試飲



こどものみ

スタンプラリー

体験やクイズにこたえて
プレゼントをゲットしよう！！
（先着100名）

おねがい

※の『整理券配布』のコーナーは
整理券を2回に分けて配布します。
（1回目 13時20分～ 2回目 14時20分～）

みなりんも
くるよ！



こどもも楽しめるおもな内容は裏へ

港区

2019

けんこうフェスタ

こどもも楽しめる
おもな内容

みなおそう
な かまと
と もに
健康づくり

14時
スタート

おやこでできる
ヨガあそび

おやこで体そう！



つく いっせんや
こどもが作る『一銭焼き』

せいりけん はいふ
※整理券配布

(先着80名、5歳以上)



やっきょく たいけん
こども薬局体験
やくざいし たいけん
薬剤師のおしごとを体験しよう！

そ ぼ
フッ素でむし歯を
よぼうしよう！

お子さんは保護者同伴で。
(先着100名)



にゅうさんきん けんこう
乳酸菌でおなか健康

けんびきょう にゅうさんきん
顕微鏡で乳酸菌をみてみよう！
にゅうさんきんいんりょう しりん
乳酸菌飲料の試飲



スタンプラリー

たいけん
体験やクイズにこたえて
プレゼントをゲットしよう！！
(先着100名)



て
手あらいチェック！

て
手あらいチェッカーであらいの
こしのチェックをしてみよう！

これ以外もおとなもこどもも
楽しめる内容がたくさんあります！

おねがい

※の『整理券配布』のコーナーは整理券を2回に分けて配布します。
(1回目 13時20分～ 2回目 14時20分～)

しょくじく
食育SATシステムによる
しょくじ ひょうか けっかんねんれいそくてい
食事の評価や血管年齢測定など

みないんも
くるよ！



●主催／港区健康フェスタ 2019 実行委員会

港区医師会、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、港区社会福祉協議会、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(桜栄会)、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

●協力／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、MY フィットネス道、大阪府看護協会市西支部、(学)大手前学園、ケアマネポート、雪印ビーンスターク(株)(順不同)