

入場  
無料

第11回

第18回

ちよっと行ってみよう!

鶴見区みんなの

# 健康まつり & 食育フェスタ

日時 3月9日(土) 13時~16時

場所 鶴見区民センター



## 健康まつり

- 健康相談
- 心肺蘇生法指導
- 聴力測定
- 血糖測定
- 眼底検査
- 歯磨き指導
- フッ素塗布
- 歯科相談
- 検尿
- お薬相談
- 献血啓発
- 介護予防体操
- おじゃまで脳トレ
- 足指力測定
- アルコールパッチテスト
- 体組成測定(整理券配布13時/先着72名)
- 骨密度測定(整理券配布13時/先着60名)
- 血管年齢測定
- 靴と健康について  
(足の計測とワンポイントアドバイス)
- アロマハンドトリートメント  
(整理券配布:1回目13時~/2回目14時20分~/各先着22名)



小ホール「楽しいレクリエーション」(株)第一興商近畿

- ◆13時30分~  
楽しく脳トレ(音楽に合わせて指先トレーニング)
- ◆14時~  
昭和の名曲で歌って体操
- ◆14時30分~  
イントロクイズ(みんな、わかるかな?)
- ◆15時~  
昭和の名曲で歌って体操
- ◆15時30分~  
間違い探しクイズ(どこが変わった?わかるかな?)



## 各種展示&体験コーナー

- 食育ゲームと食育ポスター展示
- おいしく楽しく食べよう朝食
- SAT(サット)!食生活診断  
本物そっくりのフードモデルを使って、  
夕食のバランスチェックをしてみよう!
- カロリーかるた
- オリジナルエコバックを作ろう(先着100名)

絵本の読み聞かせ「たべものいろいろ」

日時 14時~14時30分

場所 鶴見図書館



## 食育フェスタ

## 食生活相談

- 栄養士による食に関する相談  
(乳幼児からお年寄りまで)



喫茶コーナー

## 動物ふれあいコーナー

天王寺動物園よりどんな動物が  
来るかは、お楽しみに!



<来場者の方へのお願い>  
会場へのご来場は公共交通機関をご利用ください。

主催 鶴見区みんなの健康まつり&食育フェスタ実行委員会

鶴見区公衆衛生協会/鶴見区医師会/鶴見区歯科医師会  
鶴見区薬剤師会/鶴見区地域活動協議会  
鶴見区地域女性団体協議会/鶴見区食生活改善推進員協議会  
鶴見区健康づくり推進協議会/鶴見区社会福祉協議会  
鶴見区地域包括センター連絡会/鶴見区役所

共催 「すこやか大阪21」鶴見区推進委員会

協力 すこやかパートナー

(株)明治/大阪ガス(株)/味の素(株)  
NPO法人 海・空・太陽/生活協同組合ヘルスコープおおさか  
一般社団法人健康栄養支援センター/NPO法人 MYフィットネス道  
大手前学園(大手前大学・大手前栄養製菓学院専門学校)

(株)第一興商近畿/認定特定非営利活動法人 健康ラボステーション/旭松食品(株)  
鶴見緑地湧元水舎/伊那食品工業(株)/小林製薬(株)  
花王グループカスタマーマーケティング(株)/カルビー(株)  
鶴見区食育推進連絡会議/鶴見図書館/城北環境事業センター/大阪市天王寺動物公園事務所

問合せ 保健福祉課(健康づくり)1階⑪番 ☎6915-9882

なんと!スタンプラリーとアンケートに  
答えると抽選でもらえるよ!

抽選で、何が当たるかはお楽しみに。



※配付物については、数に限りがあります。

つるりっぶも  
来るよ!



参加してみませんか?

## 講座・催し

ヒューマンシアター トーク&コンサート  
~ゴスペルの歴史から学ぶホントの自分を活かすためのヒント~  
TICKETS TO "REAL YOU"

無料

申込  
不要

ゴスペル音楽には、奴隷としてアフリカから連れて来られた人たちの悲しい歴史と、それを乗り越えてくるなかで培われた素晴らしい知恵と力があります。そんなゴスペル曲の数々とその歴史的背景を紹介しながら、人権を見つめ直します。

講師 文屋 範奈さん

日時 3月21日(木・祝) 13時30分~15時

場所 鶴見区民センター 大ホール

定員 500名(先着順)

問合せ 総務課(教育)4階④番 ☎6915-9734



## 第22回生涯学習ルームフェスティバル

申込  
不要

各生涯学習ルームが1年の成果を発表する生涯学習ルームフェスティバル。区内に50以上ある講座を一挙に知ることができる機会です。新しいことを始めるチャンス!ぜひお越しください。

- 体験コーナー(11時30分~15時)※
- ・ミニフラワーアレンジメント...200円
- ・チューリップのアームバンド...300円
- ・寄せ植え体験(咲くやこの花館)...500円
- 本のパズル(鶴見図書館 11時~14時)...無料※
- 緑化相談(鶴見緑地公園事務所)...無料

※いずれもなくなり次第終了

日時 3月17日(日) 11時~16時

場所 鶴見区民センター 大ホール

問合せ 総務課(教育)4階④番

☎6915-9734

