



みんなでひろげよう健康の輪

みどころ



なよろ健康まつり

とき | 9月27日(土) 9:30~12:00

9月第4土曜日は名寄市民健康の日
★9:15から受付を開始します。

※参加無料

ところ | 総合福祉センター (西1南12)

なよろ健康あるキング
表彰式&抽選会

6月~8月までのあるキングの参加者から、歩数の多かった上位の方を表彰します。

また3カ月継続された方でなよろ健康まつり当日の抽選会に来場いただいた方の中から、抽選で「なよらの特産品」などをプレゼント



11:00~

健康チェックコーナー

骨密度測定

あなたの骨は大丈夫?
年齢から見た骨の健康度がわかります。



体内健康測定

はかって予防★生活習慣病
見た目ではわからない内臓脂肪や筋肉率など大切な体の組織・成分を一度に測定します。

スモーカーライザー

(呼気中一酸化炭素測定)

タバコの害が一目でわかります。



赤十字救急法 体験コーナー

あなたも救える尊い命



保健推進委員 コーナー

みんなで楽しく健康体操
足指力測定や乳がん自己検診法も行います。

食生活改善推進員 コーナー

おいしさいっぱい試食品
旬の味覚にこだわりました。

10:00~



販売コーナー

おいしさ定番ハートフルみらいの手づくりパン&豆腐



名寄市立大学生 コーナー

ノルディックウォーキング・ストレス測定
足元から若さと元気を取り戻そう!
※ノルディックウォーキングは名寄保健所との共催で行います。



名寄市国保 相談コーナー

特定健診や国保のことをもっと知りたい方は気軽にご相談を

ちびっこひろば

親子あそび・子育てフンポイントのほか、お楽しみプレゼントがあります。



10:00~11:00

歯の健康 コーナー

いつまでも、自分の歯
でおいしく食べよう
かむ力が一目でわかります。



送迎バスが出ます♪



行き	風連庁舎	風連国保診療所	総合福祉センター
	8:15	8:20	8:40
	9:00	9:05	9:25

帰り	総合福祉センター	風連国保診療所	風連庁舎
	11:30	11:50	11:55

主催：なよろ健康まつり実行委員会
後援：名寄開業医師会・名寄三師会
事務局：名寄市健康福祉部保健センター
☎01654②1486