

# 健康づくりや福祉を 楽しく学べて体験も

～保健福祉館で「第2回健康・福祉まつり」～



二度目の秋を迎えた保健福祉館で、「第2回健康・福祉まつり」が開催されます。健康づくりや福祉について、楽しく学び、体験できる2日間。家族そろってお出掛けください。

昨年の7月にオープンした保健福祉館は、各種検診や相談、健康教室など、赤ちゃんからお年寄りまでみなさんの健康づくりの拠点として、また、地域福祉の拠点として利用されています。

この保健福祉館を会場に、10月18日(土)・19日(日)の二日間、「第2回健康・福祉まつり」が開かれます。

みなさんの健康づくりや福祉の各種制度について学べるコーナーや子どもも楽しめるイベントもありますので、ぜひおいでください。

## 自分で健康チェック

パソコンによる健康チェックや骨密度、血圧、体脂肪測定、体力測定など、自分の健康度をチェックしたり、健康に関する不安や悩みを保健師や薬剤師などがお応えするコーナーがあります。

また、赤ちゃんのお風呂実習や妊婦体験、地区保健推進員による健康食の試食もあります。

## 福祉のイベントも盛りだくさん

18日(土)には、ボランティアの集いも同時開催されます。

また、車いす体験や介護相談コーナーのほか、老人クラブのみなさんによる亀キーホルダー作り、児童ホームの作品展、市内福祉作業所によるフェルト作りや機織りにも挑戦できます。

## ちびっこ集まれ!

陸ガメ、アメリカンラビット、パンダマウス、イグアナなどミニ動物園がやってくる。



## 会場へは路線バスで

会場の駐車場は混雑が予想されますので、なるべく路線バスをご利用ください。

JR成田駅西口より千葉交通バス中台經由湯川車庫行き、赤坂公園下車(大人片道240円)

### 時刻表

時	8	9	10	11	12	1	2	3
西口発	10	00	00	00	05	05	10	10
	25	10	10	15	18	20	30	30
	40	30	25	35	35	35	50	45
		40	45	45	50	50		
				55				

健康・福祉まつりについて詳しくは保健福祉計画課(☎20-1535)へ。



健康体操で元気になろう

健康づくり講演会

「人生いろいろ、心を楽にしませんか。」



村上允俊さん

今回の講師は、TBSテレビモーニングEye、きんさんぎんさんの密着取材などでおなじみとなった人気のテレビレポーターです。

日時 10月19日(日) 午後1時30分～3時(午後1時開場)

会場 保健福祉館多目的ホール

講師 村上允俊さん

定員 200人(先着順)

入場料 無料

くわしくは健康管理課(☎271111)へ。

主な催し物

催し物名	18日(土)の開催	19日(日)の開催	会場
8020運動表彰式		10:00～	ふれあい広場
体力測定	2日間開催		検診室
健康チェック健康相談	骨密度・血圧・体脂肪測定、保健師などによる健康相談、パソコンによる健康チェック		
薬剤師コーナー	薬の相談、健康相談		
献血	受け付けは 10:00～11:45 13:00～15:30		玄関前ロータリー (受け付けは検診室)
ババママクラス	沐浴実習、妊婦体験 18日は午後のみ		健康学習室
ゴムひも体操	地区保健推進員によるゴムひも体操		和室研修室
歯科相談		受け付けは 11:00～11:30 13:00～14:45	歯科保健室
生活工房展示	陶器や絵の展示、機織りに挑戦できます		ふれあいサロン
100円喫茶	ボランティアセンターが喫茶店を開きます		会議室4
車いす体験	いろいろな車いすを見て、触って、乗ってみよう		ふれあい広場
高齢者体力チェック	あなたの体力は何歳?		団体活動室
点字・手話のコーナー	あなたも点字を 14:00～16:00	みんなで手話を 14:00～16:00	
鍼灸マッサージのコーナー	成田鍼灸マッサージ師会のみなさんがつぼマッサージを実演 両日とも13:30～15:00	講演「肩こり、腰痛、膝痛のつぼ療法」 講師：佐藤榮太郎さん(県立千葉盲学校) 時間：11:00～12:00	ゆうゆう倶楽部
ちびっこ集まれ	パネルシアター、マジック	紙芝居、人形劇など	ちびっこ広場
老人クラブコーナー	亀キーホルダー、バッチ作り		会議室1・2
児童ホーム		作品展示、こま作り、折り紙	
ミニ動物園	かわいい小動物に、触って、抱いて...		芝生広場
ウォーキング大会	老いも若きもレッツトライ! 当日9:30集合		
ホースセラピー(乗馬療法)体験コーナー		10:00～14:00	
ボランティアの集い	9:30～12:00		多目的ホール
老人福祉センター	フラダンスを一緒に 13:00～14:30	ウクレレ 10:00～10:30 大正琴を一緒に 10:30～11:30	
こころの病を考える	各種制度のパネル展示、カレーショップもやっています		あじさい工房
農業青年会議所	農産物の販売		玄関前ロータリー

このほかにも、ピンゴや輪投げ、バザー、模擬店などイベントが盛りたくさん。また、当日、開演時間などが変更になることがありますので、各コーナーでご確認ください。