

# 家族そろって出掛けよう



保健福祉館を1周するミニトレイン

**10月19日(土)・20日(日) 午前9時～午後4時**

スポーツの秋、文化の秋…。秋は楽しいイベントがめぐる押し。保健福祉館で10月19日(土)・20日(日)に「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、学習や体験ができる2日間。みんなで遊びに来ませんか。

保健福祉館は、各種健(検)診や相談、健康教室など、皆さんの健康づくりや地域福祉の拠点として利用されています。

その保健福祉館を会場に10月19日(土)・20日(日)の2日間、「健康・福祉まつり」が開催されます。

## あなたの体は大丈夫？ 健康状態をチェック

「健康チェックコーナー」で行う骨密度・体脂肪・握力の測定、ストレスチェックなどのほか、健康食の試食、薬や健康の相談などを実施します。

また20日には、聴力測定、補聴器相談などのコーナーも開設します。

## みんなが楽しめる イベントが

館内では、高齢者を対象とした「口腔機能維持・向上のための「健(けん)口(こう)腔(けい)機能維持」や、一般向けの「マッサー(マッサージ)体験コーナー」があり、シニア教養講座の作品展示や活動発表も行われます。

ほかにも、ちびっこ広場での人形劇や動物風船作りコーナーなど、楽しいイベントが盛りだくさん。

芝生広場では、模擬店などが出店されるほか、子どもたちに大人気のミニトレインが運行されます。

また今年、堂本暁子さん(前千葉県知事)を講師に迎え、県知事時代に全国で初めて、障がい者

## 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、路線バスを利用してください。

JR成田駅西口から千葉交通バスで中台経由北高校行き・成田湯川駅行き、赤坂公園下車徒歩1分(大人210円)です。

また、コミュニティバス(200円)、中央通り路線バス(210円)も運行していますので利用してください。

時	分			
8	15	30	40	50
9	10	27	42	
10	00	23	45	58
11	10	30	50	
12	10	29	50	
13	08	25	45	
14	10	37	52	
15	10	25	46	

(西口2番線のりば)

への誤解や偏見をなくしていくための条例を制定した経緯などをテーマにした講演が行われます。多彩なイベントに参加して、健康づくりの大切さなどについて理解を深めてみませんか。

※催しの内容は変わることがあります。くわしくは実行委員会事務局(☎27・5000)へ。

主な催し物(時間表示がないものは午前9時～午後4時)

催し物	19日(土)	20日(日)	会場
健康チェックコーナー	骨密度・身体・体脂肪・握力測定、ストレスチェックと心の相談など		検診室
薬剤師コーナー	薬の相談、血圧脈波測定		
まちの保健室	—	足つぼマッサージ	
歯科保健室コーナー	—		健康相談
歯科保健室コーナー	展示		歯科保健室
地区保健推進員コーナー	健康体操・健康食試食・展示など		ふれあいサロン
食育コーナー	食育ゲーム・パズルなど		和室研修室
子育てコーナー	ベビーマッサージ、思春期・女性相談、おもちゃを作ろう、絵本の紹介		健康学習室
ボランティアコーナー	ボランティア活動・グループ・活動施設紹介、成田おたすけ隊・なりたファミリーサポートセンター事業紹介、お菓子釣り、風船配布、展示など		ボランティアセンター
高齢者クラブ連合会女性部手芸教室	手芸教室・昔の遊び		会議室1・2
子育て支援遊びの広場	—	新感覚ブロック、ターゲットゲーム(午前10時～正午)、工作教室(午後1時～3時)	
社会福祉協議会などの紹介	社会福祉協議会の事業紹介、共同募金の紹介		事務室前
シニア教養講座作品展示	シルバー人材センターの紹介		ふれあい広場
シニア教養講座作品展示	絵手紙・油絵・書道の作品展示		
若がえり隊コーナー	活動報告、作品の紹介		機能訓練室前
	皮細工の製作(午後1時～2時(午後0時45分～1時受け付け)先着30人)		
シニア教養講座	ハンドベル演奏(午前11時から)		多目的ホール
子育て支援折り紙ヒコーキ教室	—	折り紙ヒコーキ作り(午後1時～3時)	
わらい笑医のつどい	リコーダー・オカリナ演奏(午前10時から)		多目的ホール
メンタルヘルス講演会	笑医についての普及啓発(午前10時30分から)		
8020運動表彰式	—	8020運動表彰式(午前10時から)	多目的ホール
マッサージ講演会	講演会(午前10時30分～正午)		
成田赤十字病院職員による緩和ケアディスカッション	—	テーマ「もっと知ってほしい～緩和ケア～」(午前10時～正午)	団体活動室
マッサージ体験	マッサージ体験(午後1時～3時)		ゆうゆう倶楽部
認知症個別相談	認知症家族の会「オアシスの会」の紹介、個別相談		シニアサロン
子ども向け認知症サポーター養成講座	養成講座(午前10時30分～11時30分)		
腰痛・肩凝り～虎の巻パート2～	腰痛・肩凝りの解消や予防のための講座、体操の紹介(午後1時～3時)		シニアサロン
お口の健康広場	—	健口体操などによる口腔機能の評価(午前10時～正午、午後1時～3時)	
障がい者相談センターコーナー	障がいを理解するための情報の提供、パネル展示、ガイドブック配布		障がい者相談センター前
ちびっこ集まれ	紙芝居・人形劇・動物風船作り(午前10時30分～11時、午後0時30分～1時15分、午後2時～3時)	人形劇・ゲーム・手作りおもちゃ(午前10時～11時30分、午後1時～2時30分)	ちびっこ広場
認知症予防コーナー	脳トレで認知症予防、認知症予防クイズ		情報資料コーナー
おもちゃクリニック	おもちゃの修理		会議室4
カレーショップ	カレーライス・自主製品販売、あじさい工房の活動紹介		あじさい工房
アトラクション	ミニトレイン		正面玄関受付
ノルディックウォーキング	ノルディックウォーキング(午前10時受け付け、先着40人、雨天中止)	—	芝生広場受付
聴力測定・補聴器相談コーナー	—	聴力測定・相談、補聴器の説明・体験(午前10時～午後3時)	ことばの相談室
薬物乱用防止コーナー	薬物乱用防止啓発パンフレット配布		正面玄関プラズマテレビ前
赤坂クッキングクラブコーナー	—	クラブの紹介と試食提供(午前11時30分から)	健康増進課カウンター前

## マッサージ講演会

日時＝10月19日(土) 午前10時30分～正午

会場＝保健福祉館団体活動室

テーマ＝キレイをめざすヨガ教室

講師＝小原広恵さん(ヨガインストラクター)

参加費＝無料

※動きやすい服装で参加してください。くわしくは高齢者福祉課(☎20-1537)へ。

## メンタルヘルス講演会

日時＝10月19日(土) 午後1時30分～3時30分

会場＝保健福祉館多目的ホール

テーマ＝共に暮らしやすい社会へ～千葉県条例ができるまで～

講師＝堂本暁子さん(前千葉県知事)

参加費＝無料

※くわしくは障がい者福祉課(☎20-1539)へ。