

平成25年度

チヨイと健康フェスティバル

健康づくりコーナーでは、健康チェックと試食体験、健康グッズがもらえます。健康体操コーナーでは、専門講師による教室が開かれます。

友だちや家族、
子どもさんもいっしょに、
参加してくださいね!

- と き** 2月1日(土) 午前9時30分～正午
※体験型ですので、時間内の都合のよい時間に出かけてください。
- ところ** 高浜エコハウス(市民センター向かい) 1・2階
- 内 容** ★今年度の活動を展示・発表
★健康チェック(血圧・体脂肪・BMI・骨密度など)
骨密度測定は、整理券を発行する予定です。
★健康体操コーナー
(転倒予防体操・スタイルアップ体操・ストレッチ体操)
午前9時45分から実施します。
★健康宝くじ
健康一口メモつきの宝くじとプレゼントがあります。
子どもさん向けの健康宝くじも用意しています。
- 参加費** 無 料



65歳以上の市民の方は、「いきいき健康マイレージ」のポイント対象事業になります。「健康づくり活動通帳」を持参のうえ、参加してください。

チヨイと健康フェスティバルは

**「健康づくり推進運営委員会」が
主催しています**



健康チェックのようす(H24年度ひがしグループ)



健康体操コーナーのようす(H24年度みなみグループ)

高浜市健康づくり推進委員は、第2次「健康たかはま21」を推進するため各地区で活動しています。

健康フェスティバルでは、各グループでコーナーを運営します。

ぜひ、今年度の各地区健康づくり推進委員の活動の成果を体験してください。

問合せ先 いきいき広場内保健福祉グループ ☎52-9871