

健康フェア 2009

あたまもからだもイキイキ

能力アップ!



日時: 10月25日(日) 10:00~15:00

場所: 福井市保健センター

体験しよう

- アロマ体験&ハーブティー試飲
- 新聞紙でエコバック作り
- 放射線を見てみよう
- 作業療法体験(携帯ストラップ作りなど)

検診を受けよう

- 乳がん検診 (定員:25名)
対象:40歳以上の女性
費用:40歳代:2,000円
50歳以上:1,200円

●大腸がん検診

検体配布・回収

対象:40歳以上 費用:500円

健診受付時間 9:00~10:00

**10月15日(木) 8:30より
電話予約開始**

おいしく食べよう

福井産のおいしいお米で作った

- おにぎりプレゼント!!
10:00~1階受付で整理券配布
先着200名



- 子どもの
簡単ヘルシーおやつ試食
10:00~2階機能訓練室で配布
先着200名

はかってみよう

- 骨密度測定 (12:00~)
- 血管年齢測定 (12:00~)
- 血圧・体脂肪測定
- 体力測定 (筋力、柔軟性、瞬発力など)
- 子どもの身長・体重測定
- 1日に食べる野菜ってどれだけ?
- 体成分分析

その他、専門家による相談コーナー、健康に関するパネルの展示もあります。

来場者にはフレスントもあります!

福井市指定ごみ袋など・・・なくなり次第終了

参加者大募集！ やってみよう！ 秋の健康体験

親子でリフレッシュ体操 **定員40組**

～親子で体操！体も心もリフレッシュ！！～

対象者：1～3歳までのお子さんと保護者

時間：1回目 10:30～11:30

2回目 11:30～12:30

動きやすい服装でお越しください。



定員20組

ベビーマッサージ

～親と子の肌のふれあいで、絆を深めるマッサージ～

対象者：おおむね1歳までのお子さんとその保護者

時間：1回目 11:00～12:00

2回目 13:30～14:30

持ち物：バスタオル、防水シート

☆当日は会場で身長・体重も測れます

すべて

参加無料

<申し込み方法>

10月15日(木) 8:30より電話予約開始

TEL28-1256 までお申し込みください

<講演会>

※講演会の申し込みは不要です

- 「**脳を若く保つ^{ひけつ}秘訣～アンチエイジングへの道～**」 13:00～14:00
講師：仁愛大学 水上 喜美子氏
- 「**脳活性 大脳直撃トレーニング**」 14:00～14:30
理学療法士さんによる脳トレーニング
- 「**脳に関する話とクイズ**」 14:30～14:45
薬剤師さんによるお話とクイズ

<参加団体> 福井産業保健推進センター・福井地域産業保健センター・福井県理学療法士会
福井県作業療法士会・福井市シルバー人材センター・福井県放射線技師会・福井市保健衛生推進員会
福井市歯科医師会・日本健康運動指導士会・福井市社会福祉協議会・福井県精神保健福祉センター
福井市薬剤師会・JA福井県厚生連・福井県栄養士会・福井市医師会・日本助産師会・福井県健康管理協会・福井市(順不同)