



岩見沢市健康ポイント対象事業

2ポイント

人もまちも
元気で健康

第33回 いわみざわ

健康まつり

とき 平成30年 9月30日 日

開場 9:45 開演 10:00 終了 15:30

ところ イベントホール 赤れんが
有明町南1-14 (駅東)



健康づくり普及員
イフくん

来場者
全員に粗品
プレゼント!

アンケートに
答えて
健康グッズを
もらおう

入場
無料

オープニングセレモニー

10:00~

子どもたちのダンスパフォーマンス

岩見沢市オリジナル健康体操

10:30 / 11:45
12:30 / 14:45

ひゃっぴい体操パフォーマンス

笑い深呼吸を組み合わせた健康体操

11:00~11:30

笑いヨガ 講師: 松川 敦子 氏

正しくきれいな歩き方を学ぼう

12:00~12:30

ロコモ予防に役立つ歩き方 講師: 山田 泰子 氏

いつまでも健康な歯を

13:00~14:00

・ミニ講演会「口腔がんについて」/口腔体操
・8020コンクール・図画ポスターコンクール

理学療法士による

14:00~14:30

運動器症候群の予防体操

スタンプラリーに参加して豪華景品を当てよう!

15:00

抽選会 ※会場内にいる方を対象と
させていただきます

1等
ダイソン
ハンディクリーナー



相談コーナー

専門スタッフがアドバイス

- ・医師の相談
- ・歯とお口の相談
- ・薬の相談
- ・整骨の相談
- ・介護の相談



健診普及啓発 コーナー

健診の受付もできます

- ・がん検診普及
- ・ピロリ菌検査普及
- ・エキノコックス症検査
- ・肝炎ウイルス検査

予約制

連絡先: 岩見沢保健所
TEL 20-0122 9/28締切

岩見沢市 × 北大COI コーナー

COIによる健康づくり

- ・COIの紹介
 - ・体のバランス測定 など
- ※COIとは、北大を中心とした30社以上の企業による健康づくりプロジェクト

健康チェック コーナー

自分の健康がよくわかる

- ・血管年齢測定
- ・骨健康度測定
- ・体のゆがみ
チェック
など



食生活改善 コーナー

おいしい料理で栄養管理

- ・栄養相談
- ・食生活改善に関するパネル展示
- ・試食・試飲
(栄養士が作る健康料理の試食、牛乳・ヤクルトの試飲)



運動でヘルスアップ

簡単気軽にエクササイズ

- ・ノルディック・ウォーキング講習会 **屋外**
11:00~11:40 / 11:50~12:30
13:20~14:00 / 14:10~14:50

- ・体力診断
- ・ウォーキング測定 (先着30名) 10:30~11:30
- ・気功体操 10:30~11:00
- ・生命の貯蓄体操 11:40~12:10
- ・ふまねっと体験 13:20~14:00
(マスを楽しく歩いて介護・認知症予防)

2F

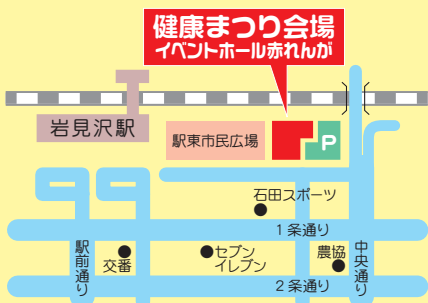


その他のコーナー

- ・地場産食材・野菜のPR・販売コーナー
- ・フードコーナー
- ・AED・心肺蘇生法体験
- ・献血普及
- ・歯っぴースマイルコーナー
- ・こども調剤体験
- ・骨量測定
- ・緑陵高校生の研究コーナー
- ・理学療法士のコーナー
- ・応急手当体験コーナー (日赤奉仕団)



たのしい
たまねぎ
すくいなど



■主催 岩見沢市/岩見沢市健康づくり推進協議会
 ■共催 健康と福祉を高める市民会議/北海道健康づくり財団
 ■後援 北海道国民健康保険団体連合会
 ■協賛 岩見沢市医師会/岩見沢市歯師会/岩見沢歯科医師会/北海道薬剤師会南空知支部/北海道柔道整復師会岩見沢ブロック/北海道理学療法士会南空知支部/岩見沢市社会福祉協議会/北海道牛乳普及協会/北海道薬物乱用防止指導員南空知地区協議会/北海道赤十字血液センター/岩見沢市町会連合会/岩見沢市農村連絡協議会/岩見沢市老人クラブ連合会/岩見沢市保健推進会/岩見沢市献血推進協議会/岩見沢地区消防事務組合/岩見沢ライオンズクラブ/岩見沢中央ライオンズクラブ/岩見沢グリーンライオンズクラブ/岩見沢メーブルライオンズクラブ/岩見沢はまなすライオンズクラブ/北海道対がん協会/岩見沢市PTA連合会/北海道教育大学岩見沢校/北海道大学COI
 ■協力 岩見沢市医師会附属看護高等専修学校/岩見沢ヤクルト販売(株)/気功体操サークル/生命の貯蓄体操サークル/在宅介護ボランティア輪っこの会/上志文ふれあいの郷/(株)パーフェクト・トレーナーズ/共同ワークショップにんじん/パティスリー空香/全国B型肝炎訴訟北海道原告団/岩見沢市生活サポートセンターりんく/空知の風/日赤岩見沢地区奉仕団連絡協議会/JAいわみざわ/豆くら人びと岩見沢/岩見沢市ノルディックウォーキング同好会/笑いヨガクラブ和ハハの会/ふまねっと岩見沢「円」/ファンキーダンスミュージック

※内容は、一部変更となる場合があります。
※駐車場の台数(約100台)に限りがありますので、乗り合い、又は公共交通機関をご利用ください。

ご来場お待ちしております



相談コーナー



薬の相談コーナー



医師の相談コーナー



歯とお口の相談コーナー

健康チェックコーナー

運動でヘルスアップ 2F



血管年齢チェック



ふまねっと体験

その他のコーナー

がん検診の
申込み
できるよ!



地場産品PR・販売



パン・お菓子等の販売



北大COIコーナー



健康診査受付