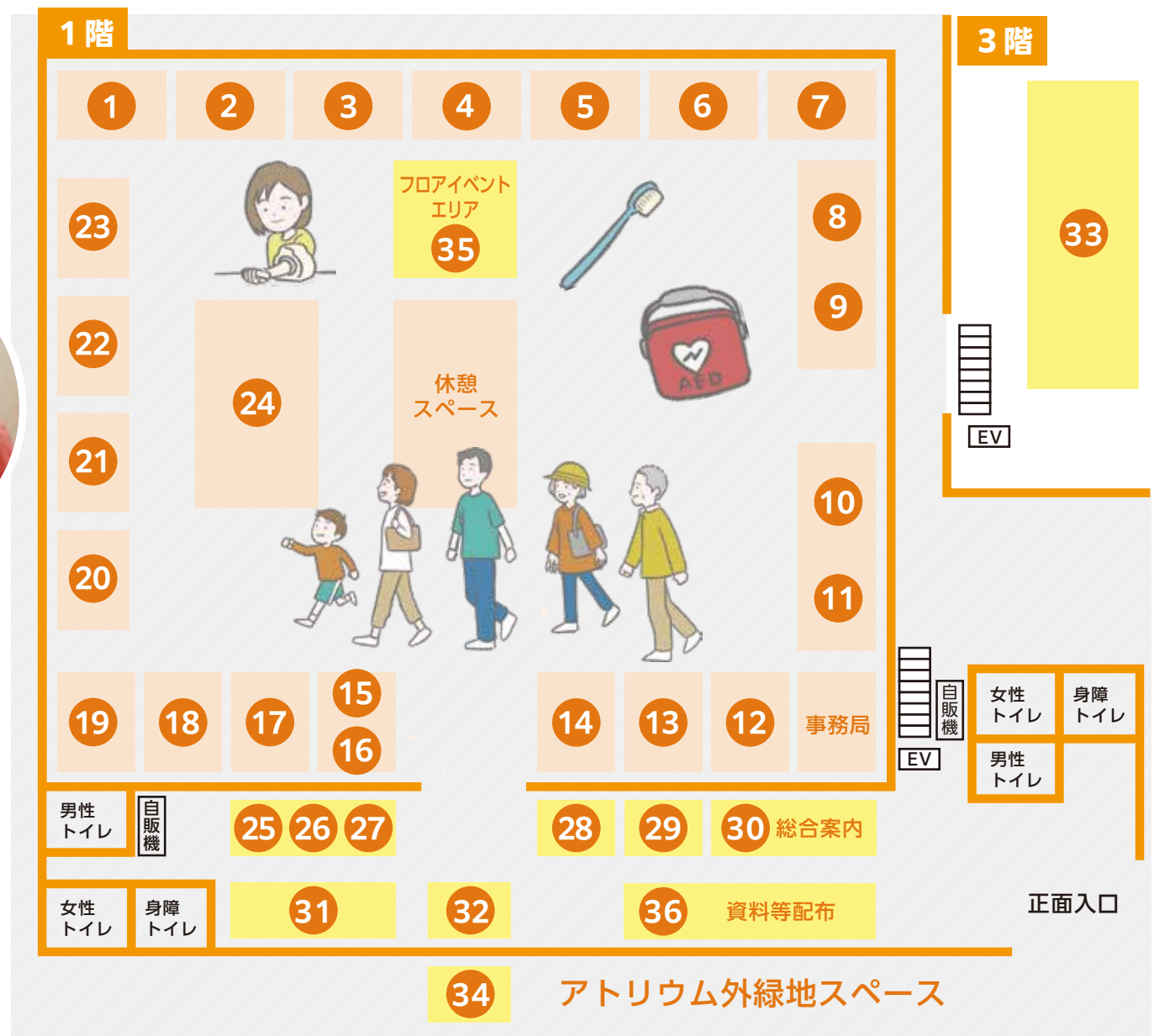


健康・元気 マシマシで!! ～自分の健康は自分で守る～

くしろ健康まつり

問合先 市役所健康推進課 (☎31-4524)



10月5日(日)

時間 午前9時～午後0時30分

会場 観光国際交流センター(幸町3-3)

※ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。

1 医療介護相談コーナー

医療・介護・福祉に関わる相談対応

2 飲み込みチェックで肺炎予防!

お口やのどの健康チェック、誤嚥性肺炎予防の啓発、言語聴覚士からのアドバイス

3 心不全予防のコツ

血圧、体重、体脂肪率などの測定、心不全予防のコツを栄養や運動など日常生活の面からアドバイス

4 骨粗鬆症コーナー

健康測定器FRAX(骨折発生リスク計算機) 骨粗鬆症マネージャーの相談窓口

5 AED体験

AED練習用機器を使った心肺蘇生の方法等について体験

6 おくすりなんでもコーナー

お薬相談室、パンフレット配布、お菓子の薬局

7 歯のコーナー

歯の相談、健診、オーラルフレイル健診、目で見えるフッ化物のちから

8 血糖自己測定 & 野菜摂取度測定コーナー

血糖自己測定、野菜摂取度測定

9 ちょっと立ち寄る健康のヒントコーナー

体に良いちょっとした習慣や気になる体のこと、気軽に始められる健康づくりのヒントを紹介