発行日:令和元年10月25日



町民のみなさまの予防意 識の高揚を目的として、 医療や介護・福祉に関す るお祭りを開催します。

日にち: 令和元年11月10日(日)

時 間: 10時00分~15時30分

場 所: レ・コード館 ※参加は全て無料

町民ホール

チベット体操体験会 時間:10:00~11:20

ヨガの様な動きと呼吸法で、若返り効果が期待される体操です。

講師:新冠町立国保診療所 正保理学療法士

地域づくり講演会 時間: 13:30~15:00

健康で安心して暮らし続けるための地域づくりに大切なことを学びます。

講師:名寄市立大学保健福祉学部看護学科 播本 雅津子氏

主催:新冠町自治会連合会 共催:新冠町

ゲームコーナー 時間:講演会時間外で実施

どなたでも参加できるゲームです。景品もたくさんあります。

和室

ひだか食品ロス削減セミナー

~料理教室と食事会~ 時間: 11:30~13:30

食べられるのに捨てられてしまう食品 ロスを減らす工夫を紹介します。

講師:田村 佳重子さん

主催:ひだか食育推進会議 協力:新冠町

※**先着40名**です。

【メニュー】(予定)

- ・冷ご飯と惣菜を再利用「お供え焼き」
- ・カボチャの種とワタも使用「スープ」、「マリネ」等

<u> お申込みは 11/1 まで。</u>残りわずか!!

裏面に 続く!!

研修室2・3

健康相談・健康チェック 時間:常時実施

健康相談: 看護師、保健師、歯科衛生士、栄養士による相談を行います。 健康チェック: 血液のドロドロ具合のチェックなどを無料で行います。

応急手当 時間:11:30~12:00

緊急時の応急手当などに関するデモンストレーションを行います。

協力:日高中部消防組合新冠支署

シアター

映画上映 時間:11:45~13:20

上映内容:「毎日がアルツハイマー」 監督:関口 祐加

アルツハイマーの母親との日常を2年半にわたり撮影した

ドキュメンタリー。

- ・他にも、福祉用具の展示、福祉施設の紹介展示など盛り だくさんです!!
- · お料理教室は、 事前申し込みが必要です。 先着順のため、 早めの申し込みをお願いします。
- ・お昼をまたぐため、軽食・休憩コーナーを用意します。 お料理教室では、食事会も行います。
- ・健康チェックでは、血液のドロドロ具合チェックや、脳 年齢チェック、肺活量チェックなど、たくさんの器具を 用意しています。

参加は全て無料です。 ご家族、お仲間とお誘い合わ せの上ご参加下さい!!

お申込み

お問合わせ先

新冠町役場保健福祉課 介護支援・予防係

担当:高橋・白鳥・柳澤・仙波

TEL:0146-47-2113

「新冠町健康まつりメニュー」 新冠町立国民健康保険診療所の理学療法士による健康管理術

チベット体操

しょう ほ よしあき

講師 正保吉明 理学療法士



- ●場所/レ・コード館 大ホール ※参加費無料です。
- ●日程/2019(令和元年)11月10日(日)
- ●時間/午前10時00分 ~ 午前10時50分
- ●対象/新冠町民(申込み不要 ※お子様連れも参加可能です)
- ●内容/チベット体操の説明と体験 終了後個別相談実施 (先着50名 ヨガマット完備!)

新冠町健康まつりゲームコーナー 11月10日(日)午前10時00分~ レ・コード館 町民ホール

对象者 新冠町民

町民以外の人も参加可能ですので、ぜひ声をかけて参加して下さい。

. . N	1
ナベッ	ト
14.45	

本当に楽しくてゴメンなさい。

午前10時00分~

仲採

ステージ

新冠町立国保診療所

正保(しょうほ) 理学療法士

詳細は裏面を ご覧ください あっち向いてホイ

入口

ひもくじ① (かんたん)

じゃんけん対決

ひもくじ② (難しい)

積木立て対決

トランプ大会

なぞなぞ・クイズ

チーム対決 (なんでもリレー) (伝言リレー) (ひもリレー) (代表者対決) (その他) 注意/ゲーム内容は変わることもあり得ます。 幼児コーナー① 景品つり

(おやつ釣り など) 幼児コーナー② (ボール入れ など)

くじ引き① (封筒くじ)

くじ引き② (三角くじ)

くじ引き③ (割りばし・ボールくじ)

> くじ引き④ (カードくじ)

ガラガラポン

あめつかみどり

休憩コーナー

景品つり① (当たり・ハズレ)

景品つり② (当たりのみ)

射的

ダーツ

輪投げ①(普通)

輪投げ②(難しい)

ボール入れ① (普通)

ボール入れ② (難しい)

おやつコーナー

飲み物コーナー

参加費は無料です

たくさんの景品を用意します

幼児・小中学生・高校生も参加しよう

おじいちゃん・おばあちゃんも楽しめる内容です



発行日:令和元年 10月 25日

地域づくり講演会

テーマ「健康で安心して暮らせる地域づくり ~我が事・丸ごとの地域を目指して~」

少子化・高齢化が進んだ地域で、健康で安心して暮らし続けるためには何が必要か?これからの地域づくりに大切なことを学びます。

日程 令和元年11月10日(日)

時間 13時30分~15時00分

会場 新冠町レ・コード館 町民ホール

講師 播本 雅津子(はりもと かづこ)氏

(名寄市立大学保健福祉学部看護学科教授)

主催:新冠町自治会連合会 共催:新冠町

新冠町健康まつりを10時から開催します。

町民ホール ◇チベット体操体験会 時間 10:00頃~11:20

◇地域づくり講演会 時間 13:30~15:00

◇ゲームコーナー

シアター ◇映画上映

「毎日がアルツハイマー」 時間 11:45~13:20

|ホール| ◇福祉用具展示、福祉等事業所紹介

和室 ◇ひだか食品ロス削減セミナー

~料理教室と食事会~ 時間 11:30~13:30

研修室2・3 ◇健康相談・健康チェック

◇応急手当 時間 11:30~

裏面は健康まつりのタイムスケジュール

新冠町健康まつり タイムスケジュール

【日時】11月10日(日) 10:00~15:30 【場所】レ・コード館

	町民7	トール	和室	ホール	シアター	研修室2∙3	
時間	講演会等	ゲーム大会等	料理教室	展示	映画上映	健康チェック・相談・消防	時間
10:00					町長挨拶	健康千ェック ①背筋カ計 ②健康歩道カラーセット ③ミクロアイ ④メタボリ先生	10:00
10:30	チベット体操体験会 10:00頃~	ミニゲーム大会				⑤脳年齢計 ⑥手洗いチェッカ― ⑦スパイロシフト ⑧筋硬度計 ⑨歯みがき圧指導器 ⑩血液のにごり度チェック	10:30
11:00		休憩スペース				健康相談	11:00
11:30		軽食				応急手当 11:30~	11:30
12:00 12:30		託児	料理教室 11:30~	福祉用具展示		健康チェック	12:00 12:30
13:00				福祉等事業所紹介	映画上映 11:45~	健康相談	13:00
13:30		1 1 1					13:30
14:00	地域づくり講演会 名寄市立大学 播本教授						14:00
14:30	13:30~						14:30
15:00		休憩·軽食					15:00
15:30							15:30