

笑顔・健康・活力あふれるまち阿南

あな  
なん

# 健康まつり



2017年 10月15日(日) 9:30~12:00

## 第1部：家族そろって楽しいイベントにご参加ください 阿南ひまわり会館

### (1階)

- アンパンマン・バイキンマンとサンサンたいそう (①9:45~ ②11:10~)
- 手洗いチェック (9:30~12:00)
- 積立貯筋通帳コーナー (9:30~12:00)
- マイナンバーカード申請コーナー (9:30~12:00)
- AEDを使用した救急法を体験しよう (①一般 10:00~10:30 ②一般 10:40~11:10 ③乳幼児 11:20~11:50)
- 親子遊び (9:30~12:00)
- 親子でてがたアート・赤ちゃんの記念撮影コーナー (9:30~12:00)

### (2階)

- 禁煙啓発コーナー (スモーカーライザーで一酸化炭素濃度を測定) (9:30~12:00)
- アルコール体質判定 (アルコールパッチにて判定・先着100人) (9:30~12:00)
- 子どもに安全をプレゼント！事故防止啓発コーナー (9:30~12:00)
- プラ板づくり (9:30~12:00)
- バルーンアート (9:30~12:00)

- 健康測定コーナー (9:30~12:00)
  - 血液検査(血糖値・ヘモグロビンA1c) (要整理券10月2日(月) 13時配布 先着100人)
  - 動脈硬化測定(要整理券10月2日(月) 13時配布 先着85人) 血液検査(血糖値・ヘモグロビンA1c)と動脈硬化測定は、整理券が必要です。10月2日(月) 13時から、ひまわり会館にて先着順で、整理券を配布します。(1人1項目につき1枚ずつ。来所者のみ受付。電話不可。15日は当日券無し。)
- 骨密度・血管年齢・体組成・血圧測定・医師相談 (申込不要・15日当日に実施します) ※器械の不具合により中止することもあります。
- がん検診メッセージカード作成コーナー **くじ引きあり** (9:30~12:00)

### (3階)

- 野菜を使ったおかずの試食 **先着120人** (10:00~12:00)
- 野菜クイズに挑戦！試食してくれた小学生以上 **先着100人** おみやげあり (10:00~12:00)

### (駐車場)

- 消防車来るよ！消防士になって記念撮影しよう！ (9:30~12:00)
- ふわふわぞうさん (9:30~12:00)
- 機関車コーナー(雨天中止) (9:30~12:00)
- マークがついているコーナーは、人数に限りがあり、事前申込みが必要です。  
★裏面もご覧ください。

## 第2部：健康講演会・劇・体力測定・相談 10月29日(日) 阿南市市民会館

テーマ **運動による認知症予防** 10:00~15:00(開場 9:30)

入場  
無料

●10:00~11:00

講演会「**運動による認知症予防**」

講師 徳島県理学療法士会会長  
うぐいす はるお  
鶯 春夫 先生



●11:10~12:10

劇「**認知症Aさん物語**」

徳島県理学療法士劇団



●13:00~15:00

**体力測定・相談**

徳島県理学療法士会 100人程度・希望者当日受付

お問い合わせ先

阿南市保健センター

〒774-0030 阿南市富岡町北通33-1 (ひまわり会館内)  
TEL: 0884-22-1590 FAX: 0884-22-1894

# あなん健康まつり

## 第1部：10月15日(日) 阿南ひまわり会館 9:30~12:00

### 健康まつりイベントコーナー

#### ◎タイムスケジュール

	9:30	10:00	11:00	12:00
1階	1F ロビー	総合案内	アンパンマン・バイキンマンとサンサンたいそう(①9:45~ ②11:10~)	手洗いチェック
		積立貯筋通帳(展示)コーナー	マイナンバーカード申請コーナー	AEDを使用した救急法を体験しよう ①一般10:00~10:30 ②一般10:40~11:10 ③乳幼児11:20~11:50
		すこやかルーム	健康ルーム	親子遊び
2階	2F ロビー	禁煙啓発コーナー	アルコール体質判定	子どもに安全をプレゼント!事故防止啓発コーナー
		ふれあいホール	健康測定コーナー	バルーンアート・プラ板づくり
		研修室うめ	がん検診メッセージカード作成	野菜を使ったおかずの試食
3階	ゆとり	野菜クイズに挑戦!おみやげあり	消防車が来るよ!消防士になって記念撮影をしよう!	ふわふわぞうさん・機関車コーナー
	ひまわり会館 駐車場			

#### ◎案内図



★駐車場(阿南市市民会館前)  
●臨時駐車場(富岡東高等学校)

階	イベント名	会場案内	会場
1階	総合案内	会場案内	ロビー
	アンパンマン・バイキンマンとサンサンたいそう	アンパンマン・バイキンマンと一緒にサンサンたいそうをしよう!記念撮影もあるよ!	
	手洗いチェック	洗い残しを確認!洗いグセを知ろう!	
	積立貯筋通帳コーナー	積立貯筋通帳の展示コーナーです。	
	マイナンバーカード申請コーナー	マイナンバーカードの申請ができます。(顔写真撮影のサービスあり)詳しくは「広報あなん10月号」をご覧ください。	
2階	AEDを使用した救急法を体験しよう	あなたの行動で救える命があります。AEDの使用方法をぜひ体験して下さい。	すこやかルーム
	親子遊び	親子で遊ぼう!(スライム作りなど)。「おおきなお鍋がでてくるよ♪」の劇もあるよ。	
	赤ちゃんの記念撮影コーナー	赤ちゃんを背景セットに寝かせて可愛い写真を撮ってみよう!カメラやスマートフォンをお持ちください。	
	親子でてがたアート	お子さんの手形や足形を使って動物や植物などを描き、アート作品を作ってみよう!	
3階	禁煙啓発コーナー	スモーカーライザーで呼気中の一酸化炭素濃度を測定(阿南保健所)	ふれあいホール
	アルコール体質判定	アルコールパッチにて体質判定(先着100人)(阿南保健所)	
	子どもに安全をプレゼント!事故防止啓発コーナー	子どもの事故防止に関するパネル展示など。	
	健康測定コーナー	●血液検査(血糖値・ヘモグロビンA1c)(先着100人)と動脈硬化測定(先着85人)は、 10月2日(月)13時から、ひまわり会館にて先着順で、整理券を配布します。 (1人1項目につき1枚ずつ。来所者のみ受付。電話不可。15日は当日券なし。) ○骨密度・血管年齢・体組成・血圧測定・医師相談は(申込不要)15日当日に実施します。	
	バルーンアート	細長い風船を使ってくるくるねじると何の形になったかな?バルーンアートで楽しもう!	
4階	プラ板づくり	プラ板に好きな絵を描いて自分だけのオリジナルカードを作ろう!	研修室うめ
	がん検診メッセージカード作成	大切な方に送ろう!がん検診のメッセージカードを作ろう!くじ引き。景品あり!	
	野菜を使ったおかずの試食	ヘルスメイトさんが作る野菜のおかずの試食コーナーです。 先着120人分をご用意してお待ちしております。	
5階	野菜クイズに挑戦!	試食してくれた小学生以上 先着100人 おみやげあり。	ゆとりルーム
	消防車が来るよ!	消防士になって記念撮影しよう!	
	ふわふわぞうさん	大きな大きなぞうさんの中で飛んだり跳ねたりしよう。	
6階	機関車コーナー	ちびっ子集まれ!小さな機関車の旅に出発!(雨天中止)	くつろぎルーム
	駐車場		

※内容等当日変更する場合がございます。ご了承ください。

## 第2部：健康講演会・劇・体力測定・相談 10月29日(日) 阿南市市民会館

### テーマ 運動による認知症予防 10:00~15:00 (開場 9:30)

入場  
無料

●10:00~11:00

講演会 「運動による認知症予防」

講師 徳島県理学療法士会会長  
うぐいす 是るお 先生  
鶯 春夫 先生

●11:10~12:10

劇 「認知症Aさん物語」

徳島県理学療法士劇団

●13:00~15:00

体力測定・相談

徳島県理学療法士会

100人程度・希望者当日受付