

あなん健康まつりの開催について

「笑顔・健康・活力あふれるまち阿南」をテーマに「あなん健康まつり」を開催します。皆さんに楽しみながら健康への関心を深めていただけるように午前の健康イベント、午後の健康講演会の2部制で開催します。

【第1部:健康イベント】

日 時 10月13日(日) 9:30～11:30

場 所 阿南市文化会館

内 容 健康測定(血圧・体組成・握力)、骨健康度チェック、血管年齢チェック、自律神経チェック、野菜摂取チェック、お酒、がんに関する相談コーナー、足育コーナー、親子遊びコーナー、野菜クイズ、食事タイプ診断、パネル展示など

※入場料は、無料です。

【第2部:健康講演会】

日 時 10月13日(日) 13:30～15:00

場 所 阿南市文化会館

内 容 演題「こころの健康 ～コミュニケーションとセルフマネジメント～」

講師 フリーキャスター 丸岡 いずみ さん

※入場は無料ですが、入場整理券が必要です。

入場整理券は、保健センター、羽ノ浦支所、那賀川支所、各住民センターで配布中です。(先着600名で、無くなり次第配布終了。)

問い合わせは 保健センター(☎22-1590)へ