

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。

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は健康イベント、午後は健康講演会の2部制で開催します。

第1部 健康イベント

日時 10月5日(日) 9:30~11:30

場所 阿南市文化会館

内容 健康測定(体組成・握力)、骨健康度チェック、血管年齢チェック、脳年齢チェック、ベジチェック、AGEs測定、自律神経測定、まちの保健室(血圧測定・健康相談)、活力年齢チェック、アルコール体質判定、お酒に関する相談コーナー、減塩クイズ、野菜クイズ、親子遊びコーナー、阿波踊り体操体験、パネル展示など

※参加無料です。

第2部 健康講演会

日時 10月5日(日) 13:00~15:00

場所 阿南市文化会館

講演① 「あなたとあなたの大切な人のために知っておきたい糖尿病の知識」
講師 徳島大学大学院医歯薬学研究部 糖尿病・内分泌代謝内科学
JA徳島厚生連阿南地域医療センター
特任教授 栗飯原 賢一 氏

講演② 「おいしく食べて健康に ~ゆるやかな糖質制限のすすめ~」
講師 北里大学北里研究所病院
病院長補佐・糖尿病センター長 山田 悟 氏

※入場無料ですが、入場整理券が必要です。

入場整理券は、9月1日(月)9:00から保健センター、羽ノ浦支所、那賀川支所、各住民センターにて配布します。(先着600名で無くなり次第、終了)

問い合わせは 保健センター (☎22-1590) へ