

南アルプス市

2023

健康フェスタ

11月19日 日 (開場9:30)

10:00~14:00

～食べて、うごいて、見つけよう。自分に合った健康習慣～ 抽選会のみ~15:00

桃源文化会館
(飯野2971)

かがやきセンター
(健康福祉センター)
(飯野2806-1)



モバイルファーマシー
災害対応医薬品供給車両



お問い合わせ 055-284-6000
南アルプス市健康増進課

最新情報は市ホームページで!



健康福祉センター

食育

【食生活改善推進委員会】

体験

- 作ってみよう！スノーマンクッキー
先着30組
小・中学生を含むグループ



- 食べ物つりゲーム

- ひじきのちらし寿司試食配布
11:00～ <なくなり次第終了>

- お箸でお豆つかみゲーム



- アクリルたわし編み

体験

- うさなべちゃんスタンプラリー



南アルプス市
食生活改善推進委員会
公式マスコットキャラクター

『うさなべちゃん』

桃源文化会館

健康

- 歯科相談・フッ素塗布【歯科医師会】
- 健康相談・健康チェック【白根徳洲会病院】
- モバイルファーマシー展示・見学【薬剤師会】
お薬相談 ほか
- 骨密度・血管年齢測定【国保連】【看護協会】
- いざという時の救急法【日赤】
- 健康づくり体操

体験

健康・癒し

体験

- 心と体のリフレッシュ
手作りアロマスプレー・サシェ
先着150名



- 肌年齢測定

- 運動教室

同時開催

- かがやきマルシェ【やまなしラボ】

おいしいものがたくさん！ 詳細→
キッチンカー・お豆腐・ワークショップ
(多肉植物寄せ植え・小物づくり ほか)



- 緑のカーテンコンクール報告会
- 苗の冬越し講習会

- 生涯学習講座(首・肩こり改善体操)

※要事前予約 詳細は広報11月号をご覧ください

親子

【愛育会】

- 愛育会20周年記念講演会 10:00～
「孫育て」～イマドキの子育て事情～
- むし歯予防
アンパンマン着ぐるみ劇 11:00～
「むし歯なんて バイバイキーン！」
- 講演会「運動と食事」13:30～【厚生連】
個別相談会 14:30～

- あつまるしえ 【ケール】
野菜・小物 ほか
- 軽食販売 【桃源】
- パン販売

お楽しみ抽選会開催！

会場でスタンプラリーに参加してね。何回引けるかな？

★総合案内で会場図とスタンプ台紙を配布します。

主催：南アルプス市

共催：南アルプス市食生活改善推進委員会、南アルプス市愛育会

協働：中巨摩地区歯科医師会、南アルプス市薬剤師会、山梨県国民健康保険団体連合会、日本赤十字社山梨県支部、山梨県歯科衛生士会、山梨県看護協会峡北地区支部、白根徳洲会病院、南アルプス市商工会、山梨県厚生農業協同組合連合会、健康づくり体操、やまなしラボ