食べて、うごいて、見つけよう。自分に合った健康習慣。

健康相談
体組成・血管年齢
骨密度測定

アンパンマン劇

ゲームで楽しく学ぶ

2026 健康フェスタ

スタンプラリーで
景品もらえる♪

消防車・救急車等
展示＆乗車体験

11月23日（月・祝）10：00～14：00

南アルプス市健康福祉センター
（かがやきセンター）　飯野2806-1

食生活改善推進員会
マスコットキャラクター
うさなべちゃん

幸せ実感！南アルプス市健康リーグ

お問い合せ ： 055-284-6000　健康増進課

食育

【食生活改善推進員会】
- パティシエ体験
  ～クリスマスリースドーナツ～
  （事前申込み先着32組）
  事前申込みは右のQRから
  （11/1～11/19）
  ※当日受付もあります。
- 野菜重量当てクイズ
- 「大豆入り青菜ごはん」試食配布（先着200名）
- 食べ物つりゲーム
- みそ汁塩分チェック

など

アンパンマン劇終了後

親子

【愛育会】
- 赤ちゃんハイハイよちよち大会
  （受付 10:00～10:30）

10:15～

- 愛育会による
  アンパンマン着ぐるみ劇
- 乳幼児事故予防コーナー
- 救命救急

11:15～

【歯科医師会・歯科衛生士会】
- 削って詰めて研磨しよう！
  ～ぼくもわたしも歯医者さん～

【イベント部】
- スーパーボールすくい
- 作品販売

健康

【国保連】
- 体組成測定（健康チェック）
- 血管年齢測定
- 骨密度測定

【明治安田生命】
- AEGs（糖化度測定）
- ステップテスト

【日本生命保険相互会社甲府支社】
- ベジチェック

【南アルプス市消防本部】
- いざという時の救急法
- 消防車展示、見学

【看護協会】
- こころの健康・健康相談
- ストレスチェック（先着100名）

【白根徳洲会病院】
- 健康相談
- 救急車展示、見学

【健康づくり体操】
- 健康づくり体操

【歯科医師会・歯科衛生士会】
- 歯医者さん体験
- 噛む噛むチェック
- 歯科相談
- フッ素塗布

【薬剤師会】
- お薬相談
- 肺年齢測定
- 呼気CO濃度測定
- モバイルファーマシー

癒し

- 心と体のリフレッシュ
  アロマスプレー作り（先着100名）
- 肌年齢測定

販売

【ココトモファーム】
- 100%米粉のバウム

【らずべりーカフェ】
- クレープ
- レモネード等ドリンク

【移動厨房　すずの木】
- 丼もの
- 麺類　など

【ぷっくりにゃんこ】
- 猫のカタチのたいやき

【また明日セルフサポート】
- コロッケパン　・ジビエコロッケ
- コロッケと唐揚げのセットパック
- あけぼの大豆味噌

【主催】南アルプス市
【共催】南アルプス市食生活改善推進員会
南アルプス市愛育会
【協働】中巨摩地区歯科医師会
南アルプス市歯科医師会
南アルプス市薬剤師会
山梨県歯科衛生士会
山梨県国民健康保険団体連合会
山梨県看護協会峡北地区支部
白根徳洲会病院・健康づくり体操
明治安田生命
日本生命保険相互会社甲府支社