



©和光市

広沢複合施設【わぴあ】で開催

# 健康フェア



©和光市

令和5年7月29日(土)

12:00~15:30

【整理券配布：11:45~12:00】

## 健康フェア

問/保健センター ☎465-0311

★マークは11:45から整理券を各ブースごとに1人1枚配布します。人数には限りがありますのでご了承下さい。

**場所** 和光市保健センター

「健康チェック体験を無料で実施します！」

★【歩行姿勢】⑤ ★【立ち上がり測定】⑥

測定システムを使用し、歩行速度・歩数・歩幅・上半身の動き・足のあがり・角度などから、歩行の特徴をチェック。結果に合わせたミニアドバイスを実施します。この機会に安全で効果的な歩き方をして健康づくりに役立てませんか？

★【血管年齢測定】⑦ ★【あたまの健康チェック®】⑧

数分のチェックでわかります。健康づくりに活かすために測定してみませんか？



~その他健康づくりイベント目白押し~

【薬の専門家に相談してみよう！血流測定もしています！】①

【健(検)診啓発、熱中症予防・クールオアシス事業紹介】②.③

【はじめよう、見直そう、食生活！~減塩から適塩へ~】④

(パネル展示)

**場所** 総合児童センター

【歯と口の健口相談】① ※13:30~15:30実施

【歯と口の健口クイズ】②

【計ってみよう！一食分の野菜】(食育ビンゴ)③

【学校給食メニューの食育レシピ集配布】④

【保育施設の食育と子育て支援】⑤

【赤ちゃん休憩室】⑥

育児相談や計測、休憩室の提供をしています。

★【健康HADO】⑦(総合児童センターで整理券配布)

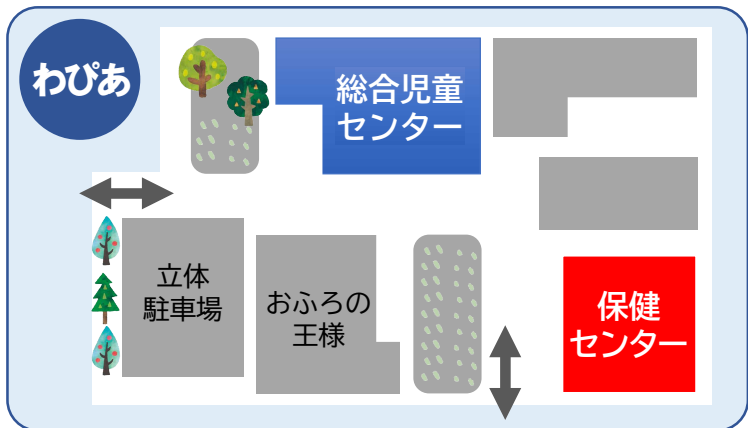
※13:00~16:00実施

頭にヘッドマウントディスプレイ、腕にアームセンサーを装着して楽しむ対戦型スポーツです。AR(拡張現実)技術によって自分の手からエネルギーボールやシールドを出すことができ、スポーツと最新テクノロジーを組み合わせた次世代のスポーツが体験できます。





# 健康フェア会場MAP



★マークがついているプログラムは整理券が必要です  
 11:45から整理券を各ブースごとに1人1枚配布します。  
 人数には限りがありますのでご了承下さい。

## 1F

- ①薬の専門家に相談してみよう！  
血流測定もしています！
- ②健（検）診啓発
- ③熱中症予防・クールオアシス事業紹介



## 2F

④はじめよう、見直そう、食生活！  
～減塩から適塩へ～（パネル展示）

- ★⑤歩行姿勢
- ★⑥立ち上がり測定
- ★⑦血管年齢測定
- ★⑧あたまの健康チェック®



## 総合児童センター

- ①歯と口の健口相談
- ②歯と口の健口クイズ
- ③計ってみよう！一食分の野菜
- ④学校給食メニューの食育レシピ集配布
- ⑤保育施設の食育と子育て支援
- ⑥赤ちゃん休憩室

★⑦健康HADO

（整理券は総合児童センターで配布）

