

# 健康フェスティバル

## 認知症予防と見守り ～地域みんなのできること～

運動指導者、理学療法士、栄養士、歯科衛生士、薬剤師、保健師  
など各分野のスペシャリストが守恒市民センターに集結します。

健康について楽しみながら体験しませんか？

赤ちゃん・子ども・大人・親子での参加をお待ちしています。

日時 10月12日(土) 10:00～12:30

場所 守恒市民センター 全館

開会式 10:00～

講演会 1部; 健和会本部 西村 早苗 管理栄養士(10:10～)

『認知症のリスクを遠ざけるための日々の生活と食』

2部; キャラバン・メイト 田代 久美枝 氏(10:45～)

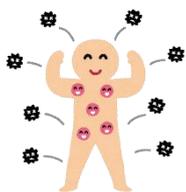
『認知症 守恒の現状』



参加無料 予約不要

\* 具だくさん減塩スープの試飲もあり

体について学ぼう



認知症予防体操



お口のことも  
考えよう



測定コーナー

- \* 血圧測定
- \* 体組成
- \* 乳幼児測定
- \* 握力 他

景品があるよ

塩分測定  
栄養相談



\* 血管年齢測定  
もあります(10:30～)



野菜量りコーナー  
(10:30～)



クイズラリー  
(10:30～)

おもしろ測定ブース(10:30～)

大人も子どももチャレンジ



問い合わせ

守恒市民センター

☎ 963-1446

☆ 駐車場はありません。