

新型コロナウイルス感染拡大防止対策を徹底して開催します

Have a nice time!



マスクの着用



手指の消毒



会場での検温



ソーシャル
ディスタンス



FREE



健康都市さかい

健康食育フェスタ

2022.10.10 (月・祝)

【時間】 10:00~16:00 【場所】 ハートピア春江

第1会場

ハートピア春江 ホワイエ

10:00~16:00

健康チェック①

- ・ベジチェック (野菜摂取充足度測定)
- ・自律神経チェッカー

食と健康の展示と体験

- ・食育パネル展
- ・はかってみよう 1日分の野菜
- ・野菜スタンプでオリジナル絵はがき作り



第2会場

ハートピア春江 展示ホール

10:00~16:00

健康チェック②

- ・血管年齢測定
- ・肌分析測定
- ・脳体操タブレット
- ・足裏バランス測定



生活習慣病・がん予防パネル展

ミニフレイルチェック

「食と運動からはじまる健康づくり」
小学生図画ポスター作品展示

第3会場

ハートピア春江 小ホール

プラスマイナスチャレンジ運動講座

パワーリンク 漆崎由美

～すきま時間にできる体操を紹介～

- ① 14:00~14:20 ストレス軽減ストレッチ
- ② 14:30~14:50 肩こり・腰痛予防体操
- ③ 15:00~15:20 体幹トレーニング

講座参加者に「プラスマイナスチャレンジ箸」プレゼント

定員
各50名

その他 会場

ハートピア春江 展示ホール入口

マイナンバーカード申請コーナー

- ※運転免許証または健康保険証をご持参ください
- ※写真撮影を行います

- ・健康チェック、ミニフレイルチェックは午前 (10時~11時30分)、午後 (13時~15時30分) に分けて受付し、定員に達し次第受付を終了します。
- ・プラスマイナスチャレンジ運動講座は、各講座30分前から受付します。
- ・プラスマイナスチャレンジ運動講座は、普段着のままでも結構です。動きやすい服装をお勧めします。タオル、飲み物をご持参ください。

主催：坂井市

協力：大塚製薬株式会社、第一生命保険株式会社 三国営業オフィス、明治安田生命保険相互会社 福井春江営業所、
全国健康保険協会 福井支部、坂井市食育市民ネットワーク

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、内容が一部変更もしくは中止となる場合がございます。

【お問合せ】 坂井市役所 健康増進課 TEL:0776-50-3067

HPはこちらから

