

# 多治見市民病院 健康イベント2016

3月20日(日) 9:30~15:00

住所：岐阜県多治見市前畑町3丁目43番地



## ★ オープニングイベント ★

9:30~ キッズダンスチームA's (アズ) によるダンスパフォーマンス  
映画「がむしゃら」 高原秀和監督、安川悪斗さんの挨拶など

※ 先着 100名様  
粗品プレゼント

7階講堂

学ぶ

## ★ 健康セミナー ★

~聞いて納得! ためになるいい話~

無料

7階講堂

時間	テーマ	講師
10:30~12:00	「食べる」を学んでみませんか? ~食の基本が学べます~	協会けんぽ
13:00~14:30	意識が変われば腹囲も変わる ~運動の基本が学べます~	株式会社 アクトス

測る

## ★ 検査機器で健康チェック ★

~健康度を無料でチェックできます~

無料

7階講堂

項目	わかること	項目	わかること
血管年齢検査	動脈硬化の程度	体内成分測定検査	肥満度(内臓脂肪、筋肉量など)
肺活量検査	肺の酸素を取り込む力	歯科相談	歯に関する疑問、質問
血糖値検査	高血糖、糖尿病の有無	歯科検診	無料で歯の状態をチェック (先着50名)
骨密度検査	超音波で骨の強さを測定		

動く

## ★ 運動の体験広場 ★

無料

2階  
リハビリ室

- ☆ ロコモチェック、ロコモ体操(1回目10:30~ 2回目14:00~)  
体の衰えをチェックし予防するロコモ体操の実演  
※ ロコモとは「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態です
- ☆ 理学療法士によるウォーキング教室  
ウォーキングのレクチャーを行い河原の散策をします

知る

7階講堂

無料

- ☆ お薬の相談所
- ☆ 看護師の仕事を紹介します

遊ぶ

## ★ 親子あそび ★

無料

2階  
リハビリ室

子どもが楽しめるあそび体験を用意してお待ちしています。  
ぜひ親子でご参加ください



食べる

## ★ ヘルシー弁当 ★

7階レストラン

管理栄養士が考案したヘルシー弁当をワンコイン(500円)で提供します



生まるのりて音しいても業しい。

高原秀和 監督作品  
**がむしゃら**  
安川悪斗

多治見市産業文化センターで上映します。詳細は裏面に

協会けんぽ加入者の方限定で、生活習慣病予防健診、特定健診を受診することができます。8:00~11:00  
未受診の方は健康管理センター(0572-21-3744 受付時間 月~土 13:00~17:00)にお問い合わせ下さい

主催 多治見市、多治見市民病院、全国健康保険協会 岐阜支部  
協力 多治見市歯科医師会、多治見健康づくり推進員、TGK48

イベントのお問い合わせは  
多治見市保健センターへ  
0572-25-3725