

あなたの健康の「今」と「未来」を考える

第39回

幸せを開く健康展

さまざまな健康チェックコーナーであなたの健康を測定します。
また、健康について普段気になっていることの相談に、保健師や管理栄養士などが応じます。
健康展に参加して、健康で幸せな未来を一緒に考えませんか。

- とき **10月8日** ⑩10時～15時
(受付時間 10時～14時30分)
- ところ 田川青少年文化ホール2階
- 内容



血管年齢測定

指先の脈波を測定し、血管の老化度をみる
ことができます。

がん普及啓発

乳がんモデルを使った自己検診法の指導や
パネルの展示を行います。

体組成チェック

体脂肪率や筋肉量、推定骨量、また体内年
齢や内臓脂肪レベルを測定します。
(裸足で測定しますので、脱ぎやすい靴な
どで来場してください)

血圧測定・健康相談

田川市立病院薬剤師・管理
栄養士、市保健センターの
保健師・管理栄養士による
健康相談です。



食生活改善推進員コーナー

田川市食生活改善推進員が、
理想の塩分濃度の味噌汁を
提供します。



フットチェック

田川市立病院の糖尿病療養
指導士(看護師)が足の観
察を行います。



健康トピックニュース

田川まちかど健康チェック in サンリブ田川店

8月10日、サンリブ田川店で、市の出張健康相談が行われ、約200人が訪れました。市役所以外での出張健康相談は初めての取り組みで、より多くの人に健康を見直すきっかけをつくるために実施しました。参加者は血管年齢や血圧の測定、乳がんの触診体験などを通して、健康の課題や今後のアドバイスなどを持ち帰りました。こうした健康相談は「幸せを開く健康展」のほか、10月12日(木)に市役所でも実施します。(詳細は12ページ)



▲血圧測定の様子

高住町区がラジオ体操 優良団体表彰を受賞

高住町区では、平成4年から、夏休み期間を利用した朝のラジオ体操で住民の健康増進を図っています。この長年にわたる取り組みが評価され、7月30日に、株式会社かんぼ生命保険から表彰されました。健康増進だけではなく、地域で暮らす子どもと大人のコミュニケーションを深めることでもできる「ラジオ体操」を、みなさんの地域でも始めてみませんか。



▲表彰状を囲む高住町区のみなさん



田川市

公民館まつり

田川市民会館や地区公民館で実施した講座(公民館講座や人材バンク講座など)で、みなさんが学んだことの発表を兼ねたお祭りです。

時間をかけて仕上げてきた作品展示、歌や踊りなどの舞台発表、趣向を凝らして内容を煮詰めた模擬店、さらに屋外にはアトラクション場を設けて盛り上げます。

- とき **10月8日** ⑩9時30分開会式
- ところ 田川文化センター・田川青少年文化ホール

日程

- 8時30分 作品展示観覧
- 9時30分 開会式
- 10時 舞台発表・模擬店販売開始
- 10時30分 アトラクション開始
- 15時 作品展示・模擬店終了
- 16時30分 舞台発表終了予定

10月7日⑩
14時～
作品展示のみ
観覧可能!!

