

2019年秋 元気館はおかげさまで開館20周年を迎えました

元気館

健康まつい

Good Body & Heart

令和元年 (2019年)

9月29日 (日)

じかん 9:00~15:30

ところ 柏崎市元気館 (栄町18-26)

健康みらい柏崎21

無料で体験、健康チェック!

健康に過ごせるヒント

たくさんあります!

参加協力団体 (順不同)

柏崎市歯科医師会 柏崎薬剤師会 新潟県歯科衛生士会柏崎ブロック 医療法人明生会関病院 協会けんぽ新潟支部 柏崎食品衛生協会
新潟県栄養士会柏崎支部 柏崎市食生活改善推進員協議会 新潟県柔道整復師会 新潟県労働衛生医学協会 柏崎市健康推進員協議会
柏崎市スポーツ推進委員協議会 柏崎地域振興局健康福祉部 柏崎市レクリエーション協会 かしわハンズ たんぼぼの会



9月、10月は健康づくり強化月間です。
体験をしながら、ご自身の健康を振り返ってみませんか？

～健康チェック～

- 脳年齢チェック
- 肺活量チェック
- お口の健康チェック
- 血圧測定
- 体バランスの乱れ測定
- 飲酒習慣スクリーニングテスト
- 血管年齢測定
- ストレスチェック
- 手洗いチェック
- アルコールチェック
- 血糖検査



血糖検査

～各種専門相談～

- 歯科医師によるお口の健診・相談
- 薬剤師によるお薬相談
- 柔道整復師による相談
- こころの相談
- 栄養相談



お口の相談コーナー



～運動・レクリエーション～

- チームで連携、ビー玉転がし迷路
- 体力測定
- ニュースポーツ体験！
輪投げ、スポーツ吹き矢、カラーリング

～パネル展示～

- 大腸がんクイズラリー
- 小学生看護体験
- 食事やおやつの適量展示
- 中学生SOSの出し方教育



～体験・チャレンジほか～

- 食推さんのおいしい試食
- 折り紙で脳トレ・指トレ
- テーピング

～販売～

- パン
- 野菜・漬物・果物・花



お問い合わせ先
 柏崎市福祉保健部健康推進課 健診係
 〒945-0061 柏崎市栄町18番26号 元気館
 TEL 0257-20-4211 FAX 0257-22-1077

元気館からのお知らせ ～10月の休館日が1週間早くになります～

9月28日(土)は臨時休館日となり、29日(日)は本イベント開催のため、2階回廊やキッズコーナーのご利用ができなくなります。

代わりに10月5・6日(土日)は開館します。