



今年のステージイベントはこちら

オープニングイベント
子どもたちのダンスパフォーマンス
10:00 ~ 10:15

岩見沢市オリジナル体操
ひゃっぴい体操パフォーマンス
10:30 / 11:45 / 12:30 / 14:45

笑い深呼吸を組み合わせた健康体操
笑いヨガ
講師 松川 敦子 さん
(笑いヨガクラブ和ハハの会代表)
11:00 ~ 11:30

講演で正しくきれいな歩き方を学ぼう
口コモ予防に役立つ歩き方
講師 山田 泰子 さん (健康運動指導士)
12:00 ~ 12:30

いつまでも健康な歯を
●口腔がんについて (ミニ講演会)、口腔体操
ハチマルニイマル
●8020コンクール、図画ポスターコンクール
13:00 ~ 14:00

理学療法士による
運動器症候群の予防体操
14:00 ~ 14:30

スタンプラリーで豪華景品を当てよう!
抽選会 (会場内にいる方が対象です)
15:00 ~ 15:30

相談コーナー

健康・歯とお口・薬・整骨・介護など、
医師や専門スタッフがアドバイス

運動でヘルスアップ

ノルディックウォーキング講習、ふま
ねっと体験、ウォーキング測定 (先着
30人)、体力診断、理学療法士による
予防体操などで気軽にエクササイズ

岩見沢市×北大 COI コーナー

COIの紹介や体のバランス測定など、
COIによる健康づくりが体験できる

食生活改善コーナー

栄養相談、パネル展示、試食、試飲

いわみざわ

第33回

健康ポイント対象事業

健康

まつり

9月30日

午前10時～午後3時30分

場 所 イベントホール赤れんが (有明町南1)

問合先 岩見沢保健センター (4西3 であ
えーる岩見沢3階) ☎25局 5540
※内容は変更となる場合があります。

健康チェックコーナー

血管年齢・骨健康度・体のゆがみ測定で、
自分の健康がよく分かる

健診普及啓発コーナー

がん検診とピロリ菌検査の普及啓発、
肝炎ウイルス検査、エキノコックス症
検査、健診の予約受付

肝炎ウイルス検査

申込・問合先 9月28日(金)までに、
岩見沢保健所 (☎20局 0122) へ

アンケートに答えて
健康グッズをもらおう

沢山のコーナー、
イベントも
あるよ!

屋外コーナー

フードコーナー、地場産食材・野
菜のPR・販売コーナー、AED・
心肺蘇生コーナー、緑陵高等学校生
徒による研究コーナーなど

