



2017年
10/1
No.1093

広報あやせ

主な記事

- ②緊急通報システム
- ③健康だより
- ④神崎遺跡環濠公開▶
- ⑤妊娠・出産・子育て総合相談



10/28
(土)

見て 体験して 自分を知ろう 健康スポーツフェスティバル



健康

スポーツ



10月28日(土)10時~14時、保健福祉プラザと綾瀬小学校で健康スポーツフェスティバルを開催します。

健康づくりとスポーツが同時に体験できるイベントで、講演会や健康と体力の測定、日常に取り入れられる運動などが楽しめる催しが盛りだくさんです。

■健康づくり推進課 ☎77・1133、スポーツ課 ☎70・5656。

健康スポーツフェスティバルは、見て、体験して、健康の大切さを楽しく運動しながら体験できるイベントです。健康と病気の間の状態「未病」を改善する取り組みも体験できます。

初開催となる今回は、体組成・脳年齢・骨健康度などが分かる健康度見える化コーナー（未病センターあやせ）や、食習慣の確認と栄養バランス診断ができる栄養サポートステーションのほか、握力・上体起こし・長座体前屈などを測定できる新体力測定、アルコールパッチテストなどもあり、自分の体の状態を確認することができます。

「未病」対策の一環として、県が実施する企業による支援プログラムなどを活用し、味の素(株)や競泳元日本記録保持者の中西悠子さんによる健康づくりに関する講演会を行います。

スポーツ吹矢やノルディックウォーク、親子ラグビー教室なども体験できますので、心地よい汗を流しながら、楽しい健康づくりを体験してみませんか。

同プラザの駐車場は使用できません。市役所や同校、保健医療センター、臨時駐車場（NTTビル横）を利用してください。9時30分から市役所同プラザの間にシャトルバスを運行します。

**事前申し込みが
必要な催し**
■おいしく食べて健康づくり講演会

11時~12時、同プラザ。

味の素(株)による勝ち飯、ロコモ対策の講演。定員50人(申込順)。10月2日から健康づくり推進課へ電話。

■アスリート講演会
13時~14時、同プラザ。講師は競泳200mバタフライ元日本記録保持者の中西悠子さん。アスリート時代の話や引退後の健康づくりに関する講演。定員70人(申込順)。10月2日から健康づくり推進課へ電話。

■親子ラグビー教室
①10時30分~11時30分②12時30分~13時30分、同校(雨天時は同校体育館)。親子でラグビーを体験。3歳児~小学6年生と保護者対象。定員各15組。申込スポーツ課へ電話。

10/1

身近な窓口として活用を 保健福祉プラザ開所



▲保健福祉プラザ内観

10月1日、保健福祉プラザが開所します。詳細は広報あやせ9月15日号をご覧ください。



綾瀬市長 古塩政由

◆プラザ開所に寄せて
市政の最重要課題である少子高齢化に対応するため、介護予防や在宅医療の促進と子育て支援を統括する中核機能の確立などを目指し、福祉・介護・保健・医療の連携強化を目的とする地域福祉の活動拠点として、27年

度より保健福祉プラザの整備を進めてきました。本施設は、市が進める高齢者・子育て・障がい者分野を一体的に支援する綾瀬市版地域包括ケアシステムの相談拠点としての機能も有し、市民の皆さまからの相談に対応する各分野の専門スタッフが連携をしながら、総合的な保健福祉サービスの提供につなげます。

妊娠・出産から高齢者までの地域福祉に関する多様なニーズに対応できる身近な窓口として、ご利用いただきたく考え、運んでください。

会場	内容	時間
エントランス	健康度見える化コーナー	10時~14時
	未病キャラバン	10時~14時
	スポーツ吹矢体験	10時~14時
多目的室	新体力測定(握力・上体起こし・長座体前屈など) ※動きやすい服装	10時~14時
保健指導室	アルコールパッチテスト ヤニケン(タールの体内蓄積量を測定)	10時~14時
	お野菜重さ当てクイズ	10時~14時
	ロコモチェック	10時~14時
	未病を改善する栄養サポートステーション	10時~14時
健康増進室	おいしく食べて健康づくり講演会	11時~12時
	アスリート講演会	13時~14時
駐車場	ノルディックウォーク体験教室(各先着20人) ※動きやすい服装、雨天中止	①10時15分~10時45分 ②11時15分~11時45分 ③12時15分~12時45分 ④13時15分~13時45分
	がん検診啓発コーナー マンモグラフィー検診車・乳がん触診モデル展示	10時~14時
綾瀬小学校	校庭	ラグビー体験 親子ラグビー教室 ※動きやすい服装、雨天時体育館履き持参
	体育館	ニュースポーツ体験(カローリングなど) ※動きやすい服装、体育館履き持参

