

第37回 市民の健康まつり



とき 令和6年7月14日(日) 10:00～15:00
ところ ヒロコ (弘前市駅前町9-20)

3階 ヒロコスクエア (児童入賞作品展示・「弘前市健康づくり表彰」受賞団体紹介展示は18日(木)正午まで開催)
 4階 市民文化交流館ホール

今年のテーマ **めざそうよ 健幸ながいき 健康都市弘前**

令和5年度 市民の健康まつり 川柳・俳句の部【大賞】

しろくまは みえないところで 泣いている

弘前市立若木小学校 田村 俊葵(たむら しゅんき)



4階 市民文化交流館ホール

児童ポスター、川柳・俳句作品展 入賞者表彰式

開催時間：10:30～11:30

一般来場者受付時間 12:00～12:30

「弘前市健康づくり表彰」表彰式

開催時間 12:30～12:50



特別講演会

「市民の健康を守る
弘前市医師会」

～特に新型コロナウイルス感染症とがん検診～

一般社団法人弘前市医師会名誉会長
沢田内科医院

澤田 美彦 氏

開催時間 13:00～14:00



令和5年度 市民の健康まつり ポスターの部【大賞】

弘前市立第三大成小学校 工藤 皇翔(くどう るいど)

歯と口腔の健康に関するパネル展

会場：4階 市民文化交流館ホール

公開時間：午前10時～午後2時



測定コーナー

- ★運動機能チェック
- ★自己血糖検査
- ★骨密度測定
- ★血圧・酸素飽和度測定
- ★手指消毒チェック
- ★血管年齢測定 等

体験コーナー

- ★スマート和食試食体験
- ★心肺蘇生法・AED体験
- ★薬剤師体験
- ★指型模型製作体験
- ★小児の心音聴取体験
- ★健口体操体験
- ★おんぶひも製作体験 等

相談コーナー

- ★健康相談
- ★歯科保健指導
- ★栄養相談
- ★リハビリ相談
- ★発達相談 等

その他のいろいろ

- ★クイズラリー (参加賞贈呈)
- ★健康に関する本の展示貸出 等

NEW! 弘前大学 COI 紹介コーナー (QOL 健診とその仲間の体験も)

- 弘前大学 COI の活動を紹介
- QOL 健診の一部体験 (推定野菜摂取量・内臓脂肪・体組成の測定)
- その仲間の体験(健康いきいき美容教室・カルシウム診断)
- 来場者には粗品を進呈

※混雑状況により、コーナーごとに整理券の配布や入場制限をする場合がありますので、予めご了承ください。

お車で来場される方へ

ヒロコ駐車場、弘前駅中央口駐車場、弘前駅城東口駐車場は、ヒロコ3階ヒロコスクエアの市民文化交流館事務室等で駐車券の認証を受けると3時間無料となります。
 なお、駐車台数が限られていますので、できるだけ公共交通機関をご利用くださるようお願いいたします。

運動 あと10分 今より多く 体を動かそう

食事 あと70g ベジファーストで 野菜を食べよう

健診 年1回 健診(検診)を受けよう

【主催】 弘前市・(一社)弘前市医師会 **【共催】** (一社)弘前歯科医師会・(一社)弘前薬剤師会 **【後援】** 弘前市町会連合会
【協力】 弘前市食生活改善推進委員会・弘前地区消防事務組合・(公社)青森県栄養士会弘前地区会・(一社)青森県言語聴覚士会弘前支部
 (一社)青森県作業療法士会・(一社)青森県歯科衛生士会弘前支部・(一社)青森県歯科技工士会弘前地区・(一社)青森県助産師会
 (公社)青森県診療放射線技師会・(一社)青森県理学療法士会津軽支部・(一社)青森県臨床検査技師会中弘南黒支部
 明治安田生命保険相互会社青森支社弘前営業所・(公社)青森県看護協会中弘南黒支部
弘前大学 COI 参画企業 (花玉(株)・カゴメ(株)・(株)資生堂・明治安田(再掲)・雪印メグミルク(株)・セントラルスポーツ(株)・クラシエ(株)・小林製薬(株))

【問い合わせ先】 弘前市健康増進課(弘前総合保健センター内) TEL: 0172-37-3750