



第43回

# 健康づくりフェア

令和4年

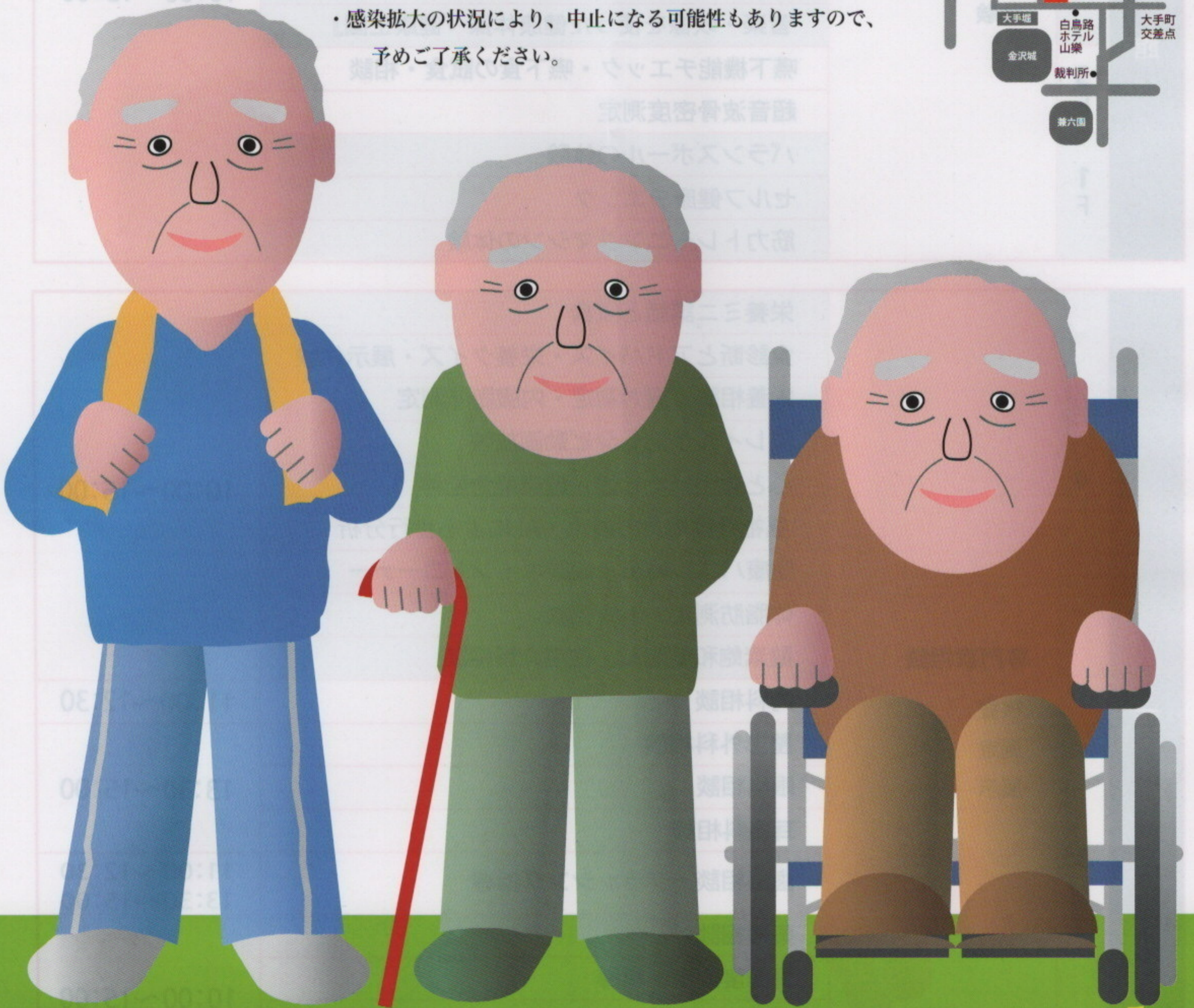
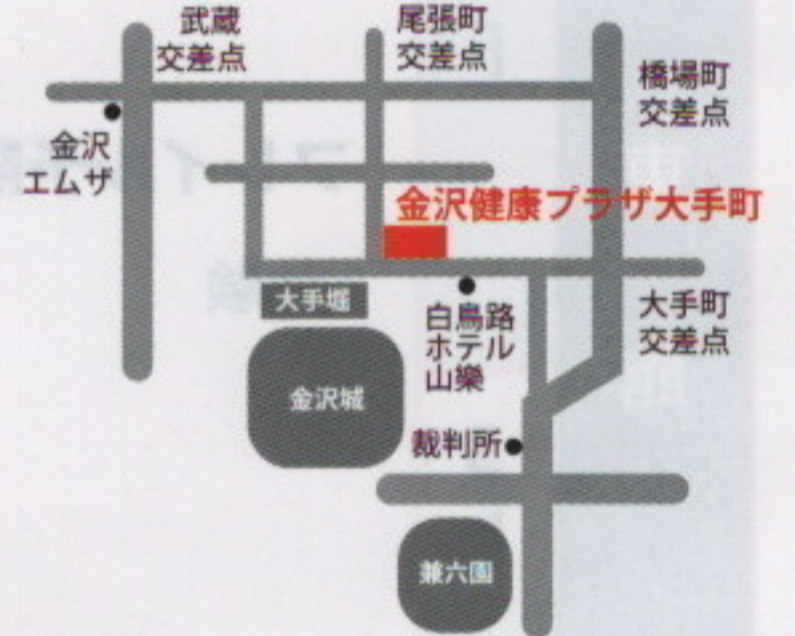
9月24日(土) 午前10時～午後3時

駐車場がありませんので、お車でのご来場はご遠慮ください。

金沢健康プラザ大手町東館・西館 金沢市大手町3番23号 入場無料

新型コロナウイルス感染防止に関するご協力のお願い

- ・当日は入場時の検温、マスクの着用、手のアルコール消毒にご協力ください。
- ・風邪症状や体調不良、検温で37.5℃以上の方は入場をご遠慮ください。
- ・感染拡大の状況により、中止になる可能性もありますので、予めご了承ください。



## 新しい生活様式下でのフレイル予防

主催 / 金沢・健康を守る市民の会

共催 / 金沢市 金沢健康福祉財団 金沢市医師会 金沢市歯科医師会 金沢市薬剤師会 石川県臨床衛生検査技師会 石川県予防医学協会 石川県成人病予防センター  
 石川県診療放射線技師会 金沢市鍼灸マッサージ師会 金沢市校下婦人会連絡協議会 石川県栄養士会 金沢健康づくり栄養士の会 金沢市食生活改善推進協議会  
 石川県看護協会 石川県理学療法士会 石川県作業療法士会 金沢市レクリエーション協会 緑を育て金沢を美しくする会 全国健康保険協会石川支部  
 カウンセラーカレッジ石川 体力メンテナンス協会 (株)ヤマシタ ユニ・チャーム(株)

後援 / 金沢市町会連合会 金沢市公民館連合会 石川県 石川県地区衛生組織連合会 NHK金沢放送局 北陸放送 石川テレビ テレビ金沢 北陸朝日放送 (順不同)



# 健康づくりフェア 催し物

都合により変更になる場合がありますので  
予めご了承ください

	<b>式典</b>	開会式・表彰式 (於・KKR ホテル金沢)	10:00~11:00
<b>東館</b>	<b>フレイル予防 体験</b>	フレイルチェック体験	10:00~15:00
		フレイル予防ミニ講話	
		フレイル予防活動紹介	
		運動機能チェック	
		認知症相談・物忘れチェック	
		音楽・映像を使った健康体操『健康王国』	
		嚥下機能チェック・嚥下食の試食・相談	
		超音波骨密度測定	
		バランスボールの体験	
		セルフ健康チェック	
		筋力トレーニングマシンの体験	

<b>西館</b>	<b>専門家相談</b>	栄養ミニ講話と試食	10:00~15:00
		食診断とアドバイス・栄養クイズ・展示体験	
		栄養相談・握力測定・内臓脂肪測定	
		フレイル予防レシピ動画放映	
		心と体のほぐし処・健康寿命延伸	
		福祉介護用具の展示・AIによる歩行分析	
		健康パネル展示・健康ポイントコーナー	
		体脂肪測定・健康相談	
		酸素飽和度測定・在宅介護相談	
		整形外科相談	
		眼科相談	13:30~15:00
		耳鼻科相談	
		歯科相談・ブラッシング指導	11:00~12:30 13:30~15:00
		薬の相談	
		骨密度測定・指導	10:00~15:00
		血糖値測定	
		尿検査(糖、蛋白、潜血)	
		鍼灸・指圧相談	13:00~15:00
		子供あそび	
		クイズ	
		非常食	10:00~15:00
		総合受付	
		花苗券引換え所	