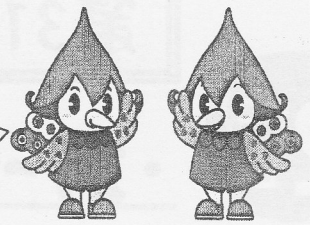


松阪市嬉野三雲 ふれあい健康まつり

ウレッピーが
くるよ♪
いっしょに
あそんでね♪



とき: 11月3日(日) 午前9時半~12時 ところ: 嬉野保健センター

健診を受けよう! あなたとあなたの大切な家族のために

【スタンプラリー】
スタンプ集めると
景品進呈!



見て・ふれて・知ろう! がん検診

- ★乳がん模型でがんを見つけよう。
乳がん自己触診のやり方をお伝えします。
乳がん術後の補助用品やウィッグの展示
- ★喫煙度チェック (CO濃度測定で肺がん予防)
- ★大腸トンネルをくぐってみよう (子どもむけ)
- ★胃カメラってどんなの? ★パネル展示



- ★親子で缶バッジづくり
- ★ちゃちゃも検診バスをつくろう
- ★まんモウぬりえ

★Uの会の健康クイズ **粗品進呈**
がんに関する問題に挑戦してみてね

【ABI検査】
先着 50名
当日整理券配布

メタボを予防しよう!!

【特製やさい蒸しパン】
①10:00~②10:40~③11:20~
定員各 24名、先着順

- ★ABI検査 (動脈硬化の程度がわかります)
検査後に医師からアドバイスが受けられます。
医師: 岡野秀治先生 (嬉野中川町)
垂見敏明先生 (小津町)
- ★体脂肪検査
- ★メタボ予防&解消の運動指導
平岡令孝先生 (嬉野権現前町) による体操紹介

- ★ミニ料理教室&試食: 特製やさい蒸しパン
ヘルスメイトさんと一緒につくりましょう。
- ★野菜のクイズ: 野菜の秘密を教えます♪
- ★野菜あてゲーム (子どもむけ)
なんの野菜か、わかるかな?
- ★野菜350gコーナー
1日にどれくらい野菜を食べてますか?

ふれあいコーナー

- ★ひまわりの会: 絵本の読み聞かせ (11時~)、しおりづくり
- ★UDうれしの: ふれあい駐車場のアンケート、ぬりえもあるよ。
- ★つばさ親の会 (不用品の販売)
- ★喜楽里きらりんぱ (お菓子等自主製品販売)
- ★嬉野ゆうゆう (自主製品PR)



★Uの会の癒しのコーナーでホッとしませんか♪