

皆様のご来場を心よりお待ちしております!

健康への第一歩

第30回 小松島市健康づくりのつどい

テーマ メタボに本気の小松島

日時 11月28日(土)

■午前10時から午後3時まで

場所 小松島市保健センター・ミリカホール

参加無料!!

抽選で、自転車などが当たる

ご来場お待ちしております!



●映画上映

10:00 ~
11:25

それいけ!
アンパンマン
だんだん
と
ふたごの星



同時上映

ばいきんまん
VS
バイキンマン!?

日浅先生もいらっしやいます。

●徳島赤十字病院医師による医療相談
11:00 ~ 13:00

●血糖測定・ミニ講座 (各先着 60名)
整理券配布 ①10:00 ~ ②12:45 ~

●血管年齢チェック (各先着 100名)
整理券配布 ①10:00 ~ ②12:30 ~

●健康食試食 11:00 ~

●めざせ! 脂肪解消エクササイズ

●親子リズム体操
①11:30 ~ ②13:30 ~

●てるてるアートバルーン TERUTERU
①11:00 ~ ②13:15 ~

●オリジナル万華鏡づくり(先着 200名)

●血圧・腹囲測定

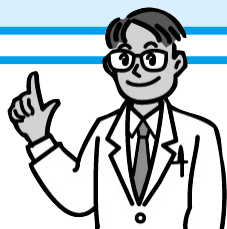
●保健師・栄養士相談

託児コーナーも
あります。



●特別講演

13:00 ~ 14:30



知って得するメタボの話

~あなたが小松島を元気にする~

徳島赤十字病院副院長

日浅 芳一 先生

小松島商工会議所フィジカルプロテクション事業の
ウォーキングマップがもらえるよ。

お問い合わせは、市保健センター (小松島町新港9-10
☎32・3551) まで。

●無料行政相談 10:00 ~ 15:00

【相談内容】国・県・市町村など行政に対する苦情、要望、相談など

【担当行政相談委員】森岡孝雄さん、飯沼美恵子さん、笹松ちづるさん、
総務省徳島行政評価事務所職員2名

無料行政相談についてのお問い合わせは、
市秘書人事課分室 (市役所2階 ☎32・3812) まで。

申し込みは不要です。
直接会場へお越しください。

