

高めよう、あなたの健康意識

2022
西淀川区

10月
22日 土

健康いきいき展

時間 14:00 ~ 16:00 場所 西淀川区役所

まずはチェック!!

- ・健康セルフチェック
- ・認知症テスト、脳年齢測定
- ・ごっくんテスト
- ・塩分チェック
- ・フレイルチェック
- ・身長測定、姿勢チェック
- ・握力測定、血圧測定



相談してみよう!!

- ・気軽に健康相談
- ・補聴器相談
- ・歯科相談
- ・お薬相談
- ・認知症相談



体験しよう!!

- ・乳がん触診モデル体験
- ・健康ゲームアプリ体験
- ・豆運びゲーム
- ・ワンちゃんとのふれあい

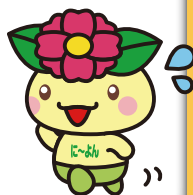


江崎記念館（グリコ）まで健康ウォーキング!!

- ・コース（片道 15 分程度）
西淀川区役所～大野川緑陰道路～グリコ江崎記念館
- ・ウォーキング参加で、グリコ商品（サンプル）をプレゼント!
- ・「歩き方講座」で江崎記念館の見学券（当日のみ有効）も配布します!!
（※見学券は枚数に制限があります。）

☆「歩き方講座」受付時間☆ ①14:00 ②15:00 ③15:45

- ・「西淀川区イネーブリングシティ Walk アプリ」
（千船病院提供）も活用



受けよう!! 検診!!

- ・歯科検診
- ・骨粗しょう症検診



体操!! エクササイズ!!

- ・呼吸筋ストレッチ体操
- ・ちょこっと
エクササイズ 365

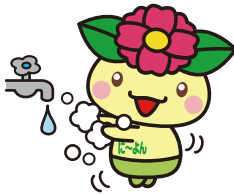


感染防止対策にあたってのお願い

- ・事前の検温、マスク着用、アルコール手指消毒にご協力をお願いします。
- ・発熱、風邪症状がある場合は、参加を控えてください。
- ・来場者には、氏名、連絡先の記入をお願いします。



ご協力をお願いします

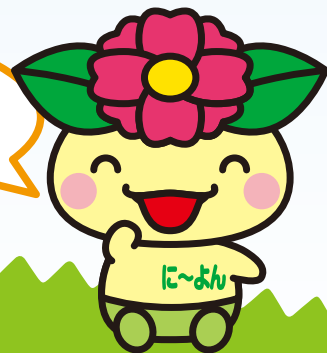


新型コロナウイルス感染症および天候等の影響により、内容を変更または中止する場合があります。

西淀川区役所公式 LINE に登録して、最新情報をゲットしましょう!



当日、健康クイズやアンケートに
答えると景品がもらえるよ!!



【主催】 西淀川区健康いきいき展実行委員会

西淀川区医師会・西淀川区歯科医師会・西淀川区薬剤師会・西淀川区地域振興会・西淀川区食生活改善推進員協議会・
西淀川区健康づくり推進協議会・西淀川区食品衛生協会・公害地域再生センター・西淀川区地域包括支援センター・
西淀川区南西部地域包括支援センター・西淀川区保健福祉センター

【協力】 千船病院・グリコマニュファクチャリングジャパン・プレストフォト協会

【問合せ】 西淀川区役所 保健福祉課（健康推進） ☎(06) 6478-9882

