



2023健康フェスティバル

- 日時：6月24日（土） 午前9時30分～12時30分
（受付は11時30分まで）
- 場所：堀川南小学校体育館

毎日元気に過ごすため、簡単な健康
チェックをしませんか？
家族みんなでお越しください♪



●健康・体力チェック●

- ・身長、体重、血圧、視力測定
- ・肥満度
- ・歯の健康度チェック
- ・休足日（足裏マッサージ）
- ・骨密度測定
- ・血管年齢測定
- ・子ども手形、足形



- ・柔軟度測定
- ・片足立ち
- ・障害物歩行
- ・握力測定

健康茶の試飲も
あります



あなたの骨は大丈夫？
骨密度を測ろう！

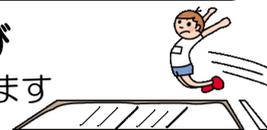
●炊き出し・健康食●

- ・災害用炊き出しごはん
★お帰りのときにお渡しします。
家で試食してみてくださいね。
- ・健康食【生活習慣病予防食】
～フードモデル展示～
試食コーナーはありません



●チャレンジコーナー●

- ・立ち幅跳び
★参加賞あります



●包括支援コーナー●

- ・足育（足のトレーニング）
- ・足指力測定
- ・福祉用具の展示、相談



●ソレイユコーナー●

心と身体の状態を知り、フレイルを予防しよう

駐車場はありません
徒歩・自転車でお越しください
上履きを持参ください

主催：堀川南ふるさとづくり推進協議会
協力：体育協会、保健推進員、女性部、食生活改善推進員
長寿会連合会、環境保健衛生協議会、児童クラブ協議会
南保健福祉センター、地域包括支援センター、ソレイユ