

健康福祉センター

食育

【食生活改善推進委員会】

体験

- 作ってみよう！スノーマンクッキー
先着30組
小・中学生を含むグループ
- 食べ物つりゲーム
- ひじきのちらし寿司試食配布
11:00～ <なくなり次第終了>
- お箸でお豆つかみゲーム
- アクリルたわし編み
- うさなべちゃんスタンプラリー



南アルプス市
食生活改善推進委員会
公式マスコットキャラクター

「うさなべちゃん」

体験

桃源文化会館

健康

- 歯科相談・フッ素塗布【歯科医師会】
- 健康相談・健康チェック【白根徳洲会病院】
- モバイルファーマシー展示・見学【薬剤師会】
お薬相談 ほか
- 骨密度・血管年齢測定【国保連】【看護協会】
- いざという時の救急法【日赤】
- 健康づくり体操

体験

健康・癒し

体験

- 心と体のリフレッシュ
手作りアロマスプレー・サシェ
先着150名



- 肌年齢測定
- 運動教室

同時開催

- かがやきマルシェ【やまなしラボ】
おいしいものがたくさん！ 詳細→
キッチンカー・お豆腐・ワークショップ
(多肉植物寄せ植え・小物づくり ほか)



- 緑のカーテンコンクール報告会
- 苗の冬越し講習会

- 生涯学習講座(首・肩こり改善体操)

※要事前予約 詳細は広報11月号をご覧ください

親子

【愛育会】

- 愛育会20周年記念講演会 10:00～
「孫育て」～イマドキの子育て事情～
- むし歯予防
アンパンマン着ぐるみ劇 11:00～
「むし歯なんて バイバイキーン！」

- 講演会「運動と食事」13:30～【厚生連】
個別相談会 14:30～

- あつまるしえ【ケール】
野菜・小物 ほか
- 軽食販売【桃源】
- パン販売

お楽しみ抽選会開催！

会場でスタンプラリーに参加してね。何回引けるかな？

★総合案内で会場図とスタンプ台紙を配布します。

主催：南アルプス市

共催：南アルプス市食生活改善推進委員会、南アルプス市愛育会

協働：中巨摩地区歯科医師会、南アルプス市薬剤師会、山梨県国民健康保険団体連合会、日本赤十字社山梨県支部、山梨県歯科衛生士会、山梨県看護協会峡北地区支部、白根徳洲会病院、南アルプス市商工会、山梨県厚生農業協同組合連合会、健康づくり体操、やまなしラボ