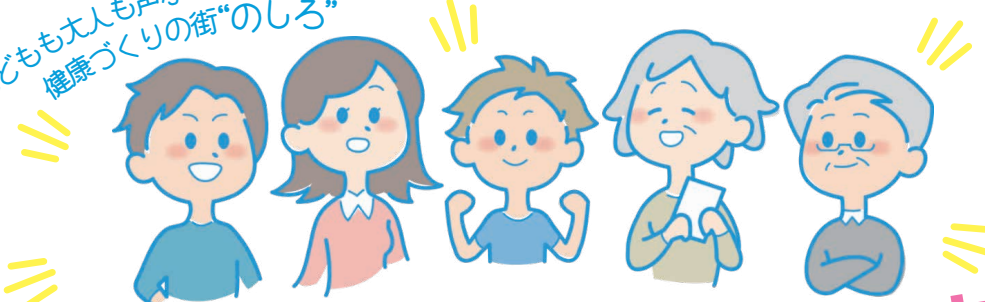


のしろ健康21

健康展

けんこうてん

こどもも大人も声かけあって
健康づくりの街“のしろ”



令和7年

開催
日時

8月23日(土)

受付時間: 10時15分～14時30分

イオンタウン能代
で開催します!



健康展は健康チャレンジポイント対象イベントです!

オープニング 10:30～

のしろ健康体操 &
ウォーキング



館内をウォーキングコースとして利用してみよう!

商品
プレゼント

健康ウォークラリー 13:30～

館内をウォーキングしながら健康クイズに挑戦しませんか? 運動しながら健康の知識も増え一石二鳥です!
大人から子どもまで楽しめます♪

各種コーナー 11:00～

健康推進員コーナー

握力測定 開眼片足立ち

測定・体験コーナー

シセイカム
ShiseiCam

姿勢のゆがみが一目で分かる姿勢計測システムです。

たいせいぶん
体成分測定

全身の筋肉量や体脂肪量を部位別に測定できます。
ミネラルやたんぱく質量も把握できます。

ポーラ
POLAハンドマッサージ

ハンドマッサージで心と体を癒しましょう。

裏面もぜひご覧ください!

みなさんの地区の健康推進員がイベントを盛り上げます!
お気軽においでください。

〈主催〉 能代市健康推進員協議会/能代市
〈協力〉 のしろ健康21推進委員会/秋田県薬剤師会 能代山本支部/秋田県看護協会 能代山本地区支部/
秋田県栄養士会 県北地区会/あけぼの秋田/明治安田生命/POLA/能代市食生活改善推進協議会/能代市健康長寿推進員
〈問合せ先〉 能代市健康づくり課 健康増進係 ☎0185-58-2838

会場
で
お
待
ち
し
て
い
ま
す!



©能代市

食生活改善推進員 栄養コーナー

◆ベジチェック



◆野菜の手ばかり目ばかり

明治安田生命 健康チェックコーナー

◆血管年齢測定

◆ヘモグロビン量測定

◆骨密度測定

ほかにも健康のためのブースが盛りだくさん!

- タッチパネル式もの忘れ相談プログラムの体験
- 乳がんモデル自己検診体験
- 展示（トイレから健康づくり情報など）
- 健診・がん検診受診促進キャンペーン など

家族みんなで健康アップ!



能代市自殺予防キャラクター
こころん

能代市民歌に合わせながらやってみよう

のしろ健康体操



市のホームページでも動画公開中! ▲

10時30分からウォーキング前に
のしろ健康体操のレクチャーをします。
興味のある方はぜひご参加ください!

動きやすい服装でお越しください。



ご希望の方へ
「のしろ健康体操CD」を
お渡しします!

健康相談

●お薬でお困りごとは
ありませんか?

●栄養相談

●歯科保健相談

●総合健康相談



来場者皆様へ
「のしろ健康体操ポスター」
をプレゼント!

送迎バスあり(要予約)



能代地域

往 路	復 路
市役所正面玄関前ロータリー	中央公民館前
9:45	9:55
12:55	13:05
	イオンタウン能代発
	12:20
	15:20

二ツ井地域

往 路	復 路
二ツ井町庁舎前	イオンタウン能代発
9:45	12:20
12:55	15:20