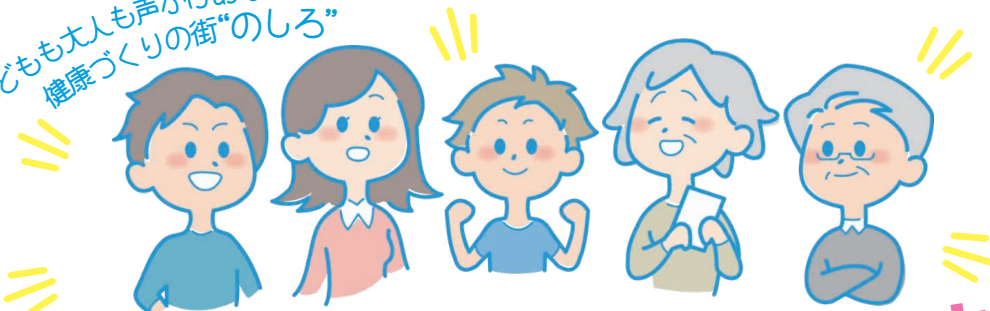


のしろ健康21

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8年

開催
日時

8月22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!

大塚製薬コーナー

ウォーキングラリー 先着300名

スタンプを集めてボディメントリンクをゲットしよう!

熱中症対策VR体験

ゴーグルを装着し、熱中症を疑似体験できます。
熱中症の早期発見に役立ちます!

各種コーナー 11:00～

健康推進員コーナー

握力測定 30秒椅子座り立ち

測定・体験コーナー

歩行姿勢測定システム

歩行姿勢を年齢と性別に応じて点数化できるシステムです。

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。

足指力測定 骨健康度測定

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/秋田県栄養士会 県北地区会/あけぼの秋田/明治安田生命/
大塚製薬株式会社/能代市食生活改善推進協議会
〈問合せ先〉 能代市健康づくり課 健康増進係 ☎0185-58-2838



©能代市

食生活改善推進協議会 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

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）
- 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。



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



ご希望の方へ
「のしろ健康体操CD・ポスター」を
お渡しします！

送迎バスあり(要予約)

ご希望の方は、8月14日(金)までに健康づくり課(TEL:0185-58-2838)へご連絡ください。

能代地域

送迎場所・時間等は、
調整してご連絡いたします。

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

