

# 市民健康まつり

みんなで楽しく健康づくり

開催日時 令和元年 11月10日(日)

## 11月10日(日)

### 入場無料



会場

## 鹿児島アリーナ

鹿児島市永吉1-30-1 (案内図は裏面)

午前10時~午後3時30分 ※受付は午前9時30分から午後3時まで(特定健診受付は12時まで)

ユニテッドFCがやってくる! 同日、サブアリーナでイベント開催のため、終了後市民健康まつりへやってきました

### ◎健康トークショー 午後2時~

※手話通訳を行います。



『~輝ける熟年期を過ごすために~』  
中村佐知子先生 医療法人博悠会 中村(哲)産婦人科・内科  
更年期の心身と上手に向き合う方法等、ライフステージに合わせた健康づくりについて専門医がわかりやすくお話しします。人生100年時代!健康寿命を延ばし「輝ける熟年期を過ごすために」是非ご来場ください。

### ◎子どもスタンプラリー

参加者には景品プレゼント!

ご来場されたお子さま(高校生以下)を対象にスタンプラリーを実施。会場内の各コーナーで検査を受けたり、いろいろな体験をしながら、自分の健康や医療・看護・介護他たくさんの健康に関するお仕事に興味を持ってみませんか?



なんでも聞いてみよう!

### ◎相談・展示コーナー

医師・歯科医師・薬剤師・保健師・看護師・栄養士・検査技師などに無料で相談できます。他にもたくさんの相談コーナーがありますので詳しくは裏面をご覧ください。



- 歯と口の健康相談
- 口腔がん検診
- 歯みがき指導



- 栄養相談
- 糖尿病相談
- 食生活改善
- 保健所事業案内・相談



- 薬の相談
- 禁煙相談・アンチドーピング
- 看護相談
- 臨床検査相談



- 放射線相談
- 転倒骨折予防相談
- 在宅リハビリ相談
- 移植医療相談・登録
- 臨床工学展

### ◎体験コーナー

無料で測定・体験ができます。(整理券不要)

- 血圧・血糖・尿検査
- 体力測定
- 鍼(はり)体験
- 心肺蘇生法体験
- 血管年齢測定
- 脳いきいき作業療法体験
- 骨密度測定
- 発声発語器官の健康チェック
- 健康体操・太極拳
- 女性のためのリハビリコーナー
- らくらく体操
- 薬草茶試飲など
- お口の体操

### 特定(長寿)健診が受けられます!

受付:9時30分~12時

- 対象者:鹿児島市国民健康保険加入者(40歳以上) 後期高齢者医療制度加入者 全国健康保険協会(協会けんぽ)加入者(40歳以上の被扶養者)
- 持参するもの  
鹿児島市国民健康保険加入者の方:保険証(特定健診受診番号に記載がある方)  
後期高齢者医療制度加入者の方:いきいき受診券、保険証  
全国健康保険協会加入者:特定健診受診券(セット券)、保険証  
※一部自己負担が発生する場合があります。

### 〈整理券が必要なコーナー〉(無料)

- マッサージ体験(定員300人)  
⑥番ブースで、随時、整理券を配布します。

### 健康づくりのためのウォーキング大会

※午前10時 メインアリーナ入口(屋外)に集合 (雨天時は中止)

※歩く距離は約4.4kmです。帽子を着用のうえ、運動のできる服装でご参加ください。

■お問合せ/市民健康まつり実行委員会 事務局 鹿児島市医師会内 ☎099-226-3737

- 主催団体(市民健康まつり実行委員会)(10団体) / ●鹿児島市医師会 ●鹿児島市歯科医師会 ●鹿児島市薬剤師会 ●鹿児島県栄養士会 ●鹿児島県看護協会 ●鹿児島県臨床検査技師会 ●鹿児島県診療放射線技師会 ●鹿児島県理学療法士協会 ●鹿児島市 ●南日本新聞社
- 協力団体(15団体) / ●鹿児島市運動普及推進員協議会 ●鹿児島市食生活改善推進員連絡協議会 ●鹿児島県臨床工学技士会 ●鹿児島県作業療法士協会 ●鹿児島県歯科衛生士会 ●鹿児島県言語聴覚士会 ●鹿児島県介護福祉士会 ●鹿児島県鍼灸師会 ●鹿児島県鍼灸マッサージ師会 ●鹿児島県糖尿病協会 ●鹿児島太極拳協会 ●全日本ジャズ体操協会鹿児島県本部 ●鹿児島県レクリエーション協会 ●医療従事者のための手話同好会「かたつむり」 ●鹿児島県移植医療アイバンク推進協会
- 後援団体(7団体) / ●鹿児島市健康づくり推進市民会議 ●鹿児島市教育委員会 ●鹿児島県産業保健総合支援センター ●鹿児島歩こう会 ●日本赤十字社鹿児島県支部 ●南日本放送 ●NHK鹿児島放送局

# 市民健康まつり

みんなで楽しく健康づくり

開催日時

11月10日(日)

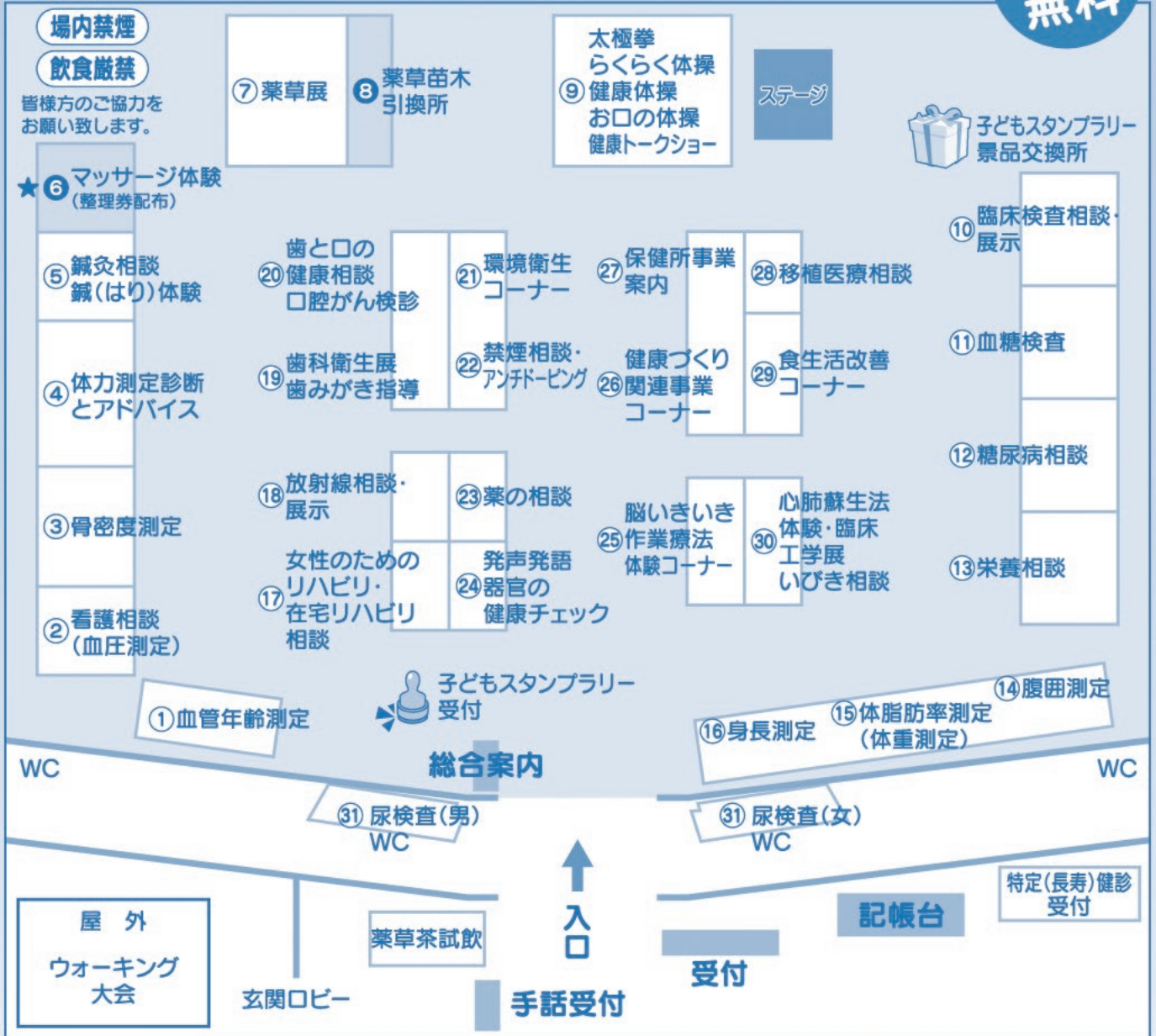
受付 午前9時30分~午後3時  
開場 午前10時~午後3時30分

会場

鹿児島アリーナ  
(鹿児島市永吉1-30-1)

入場無料

■測定・体験・相談・展示コーナーなどすべて無料ですが、当日整理券を配布するコーナー(★)があります。



**交通のご案内**

市営バス・鹿児島交通バス・JR九州バス・「中草牟田」バス停から徒歩3分。  
※交通の便がよい所にありますので、公共交通機関をご利用ください。

先着700名様に「薬草苗木」をプレゼント

※受付で先着順に引換券を配布します。苗木の引き換えは⑧番ブースで10時20分からはります。

