



第3回



瀬谷区マスコットキャラクター  
セやまる

# 瀬谷区からだ 健康フェア



「からだまるごと健康フェア」は、今年で3回目の開催をむかえ、瀬谷区の初夏の恒例イベントとなりました。今年のテーマは「体にいいことはじめましょう 美しく、健康長寿になるヒケツ」おひとりでも、ご家族とでも楽しめるメニューがいろいろ！あらゆる世代の健康づくりに役立つヒントを体感していただけます。

- 1 日 時 6月4日(日) 10時~14時(雨天決行)  
2 場 所 瀬谷公会堂、瀬谷区役所庁舎、二ツ橋公園



## 【瀬谷公会堂】

◇講演会①: 「食卓の深イイ話」~昭和50年代の“スーパー和食”の魅力を探る~

講師: 東北大学大学院准教授・農学博士 都築 毅氏



◇講演会②: 「シニアからはじめよう! 美味しく楽しく食べ続けるために」

講師: 東京都健康長寿医療センター研究所自立促進と介護予防研究チーム  
認知症とうつの介入の促進 歯科医師/研究員 枝広 あや子 氏

参加方法: 当日9時30分から整理券を配布(先着400名) ※粗品引換券つき  
手話通訳あり

## 【瀬谷区役所】

◇健康チェック 血管年齢測定&体組成測定&骨の健康チェックなど

◇瀬谷区医師会による健康相談

◇瀬谷区薬剤師会によるお薬相談・禁煙相談

◇瀬谷歯科医師会による未就学児フッ素塗布・歯科相談他

◇がん検診受診結果持参者の方に「オリジナルトートバッグ」プレゼント

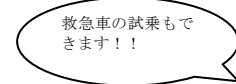
◇よこはまウォーキングポイント

新規申込で歩数計を即日配布(要身分証)・セやまるバッジをプレゼント

## 【二ツ橋公園】

◇小動物ふれあいコーナー 食事バランスチェック 足形測定(先着100名)

※上記以外にも、様々なイベントを開催します。詳細は、別添のチラシをご覧ください。



お問い合わせ先

瀬谷区福祉保健課長 野田 晴子 Tel 045-367-5741