

## 2015みき「健康づくりの集い」を開催 ～きて、みて、ふれて、たしかめよう～

市民の皆様が、生涯を通じた健康づくりを行うきっかけとなることを目的として各種団体の協力を得て「健康づくりの集い」を開催します。握力や肺活量などの体力チェックコーナー、体のバランスや骨密度などの体のチェックコーナー、医師・歯科医・薬剤師等による健康相談や各種展示など、多彩な内容となっています。また、親子で参加できるイベントとして、お焼き・お菓子づくりも実施します。

- 1 **実施日時** 9月6日（日）午前9時30分～午後3時
- 2 **実施場所** 三木市総合保健福祉センター
- 3 **テーマ** Let's enjoy 健康 Life !! ～健康生活を楽しもう～
- 4 **主な内容**
  - (1) オープニング 三木子ども太鼓の演奏  
表彰（高齢者よい歯・ヘルシーウォーク・献血）
  - (2) 展示 薬剤師会、いずみ会、栄養士会、放射線技師会、  
国民健康保険等
  - (3) 体のチェック 体のバランス・足圧・足型測定、血流、体組成分、骨密度、  
メタボ、貧血、お肌の健康等
  - (4) 体力測定 握力、肺活量、全身反応時間、垂直跳び、柔軟性等
  - (5) 相談 医師・歯科医師・薬剤師等による相談
  - (6) 体験 献血、休息カプセル、お焼き・お菓子を作ってみよう！（親子）等

※はばタン、けんけつちゃんなども参加します。  
※スタンプラリー参加者にはプレゼントがあります。
- 5 **主催** 三木市
- 6 **協力団体** 三木市区長協議会連合会、三木市保健衛生推進協議会、  
三木市医師会、三木市歯科医師会、三木東ライオンズクラブ、  
三木市いずみ会、三木市栄養士会、三木市薬剤師会、  
兵庫県歯科衛生士会、（公社）兵庫県放射線技師会、  
兵庫県赤十字血液センター、三木市社会福祉協議会、  
兵庫県腎友会等

**問い合わせ先** 三木市健康福祉部健康増進課（総合保健福祉センター内）  
電話0794-86-0900