

前橋市民健康クラブ ウォーキングステーション 開館2周年記念行事

お楽しみ体力測定・健康相談会と 春4月からのウォーキング会のすすめ方 報告会

を行ないます!

■皆さま!■ お知り合い お誘いあわせてご来場ください!

◎日時／1月27日(日) 午前9時30分～12時

◎場所／前橋プラザ元気21 3F ホール

前橋市本町2丁目12-1 TEL027-210-2273

●主催／前橋市民健康クラブ ウォーキングステーション

NPO 法人前橋在宅ケアネットワークの会

●後援／前橋市

お楽しみ 体力測定・健康相談会 各ブースご紹介

各コーナー
測定・ご相談は
すべて無料です



1. NPO 法人 群馬骨ケアネットワーク

骨折発生リスク評価ツール「フラックス」による
骨折確率(部位)検査を実施

2. (社)前橋市薬剤師会

薬剤師会の紹介とお薬なんでも相談会を実施

3. 群馬ヤクルト販売(株)

血管年齢を測定(整理券発行)。ヤクルトも提供します

4. スーパースポーツゼビオ スマーク伊勢崎店

足裏を測定、あなたの足に合った靴の中敷きを提案します

5. グラクソスミスクライン・コンシューマー・ヘルスケア・ジャパン(株)

歯磨き剤、入れ歯安定剤など説明しつつ提供します

6. 大塚製薬工場

からだづくりサポート飲料 リハデイズを説明しつつ提供します

7. 群馬県ノルディック・ウォーク連盟前橋北毛支部

ポールを使用して歩くことの有効性を紹介します

8. NPO 法人 尾瀬愛しむ会

尾瀬とのふれあい自然保護活動の紹介と愛唱歌の普及など

9. RUN 伴+ぐんま

ランとも群馬 認知症になっても安心して暮らせる群馬をつくろう!

10. 損保ジャパン日本興亜ひまわり生命保険(株)

「認知症」の症状を疑似体験していただきます

11. (株)クスリのマルエ

マルエの健康企業宣言!ご紹介と「健康相談会」をいたします

12. 上毛鍼灸院

東洋医学と経穴ツボ健康法を体験していただきます

13. 小山歯科医院

オーラルフレイル予防の方法(オラッグレース機能訓練)

14. 東前橋整形外科

ロコモ度テストで骨、関節、筋肉などの衰えを測定。寝たきりの危険度を判定

15. 中田クリニック

糖尿病相談。血糖値とHbA1c ってどう解釈するの?



ご紹介

保育士でシンガーソングライターの「いわしピクニック」しいちゃんが来てくれます。会場で歌います。うたは子どももおとなも笑顔になれる歌です。

1/27(日)タイムスケジュール

9:30 開場

♪いわしピクニックのうた♪

9:35~9:50 挨拶 祝辞

9:50~12:00 **健康測定会・健康相談会**

各ブースでご自由に体験・測定、ご相談をどうぞ

10:30~11:00 **ミニ講演会**

4月からの
移動型ウォーキングステーション
について

11:00

♪いわしピクニックのうた♪

12:00 閉会

希望者が多い場合、整理券発行のブースもあります。会場にはお早めにおいで下さい。またブース展示、スケジュールが都合で変わる場合があります。その節はご容赦下さい。

■前橋市民健康クラブ ウォーキングステーション

前橋市千代田町 2-10-13(銀座通りスズラン前橋店新館北側)

TEL027-226-1574 FAX235-6284

URL <http://www.npo-sasaeai.net>

E-mail info@npo-sasaeai.net

開館日時 火・木・土・日 10:00~13:00 14:00~17:00

■ウォーキングステーション・前橋市民健康クラブご入会窓口もあります。