

第36回

みんなでつくる 健康のまち

# はんのう健康まつい

赤ちゃんからシニア世代の方まで、健康に役立つ情報をお伝えします！

日時 令和6年9月29日(日)

10:00~14:00

会場 飯能市総合福祉センター

飯能市双柳371-13

インドカレー

タトゥカダ

スモーク肉のお弁当

スモークロッジ飯能の森

バナナチョコ・りんご飴

ラバー・ソウル

キッチンカーも来る！



ウォーキング



8020歯の健康づくり表彰式



キッスファーマシー

## 集まれ！

### 赤ちゃんハイハイ・よちよち交流会

ハイハイやよちよち歩きなど、その子なりの方法で家族が待つゴールを目指します！可愛さと笑顔が溢れる楽しいイベントです。

【対象】7か月～1歳6か月頃まで

【時間】※裏面参照 【費用】無料

【申し込み】

①電子申請二次元バーコードから  
(24時間利用可)

②下記窓口にて所定の申込用紙に記入し、  
申込箱に投函

・子育て支援拠点

どんぐりルーム、ひなたぼっこ、のびのび～の、

ゆりかご、にこにこひろば、いるかひろば

・児童センター・美杉台児童館・保健センター

③保健センターへ電話にて

※当日参加可



## 講演会

### 外科手術の歴史と変遷

医師による講演会と健康相談会です。

【時間】10:30～

【費用】無料

【申し込み】

①電子申請二次元バーコード  
(24時間利用可)

②保健センターへ電話にて

※当日参加可



### コーディネーション運動教室

神経と運動の発達に沿って脳と心と  
体に刺激を与え、運動の“学ぶ力”を  
高めるトレーニングです。

【幼児(親子)向け】10:00～

【成人(シニア)向け】11:00～

【費用】100円(1人)

【申し込み】

①電子申請二次元バーコードから  
(24時間利用可)

②保健センターへ電話にて

※9月20日(金)まで



お申し込みは保健センターへ  
平日8:30～17:15 TEL 974-3488

主催

飯能市

共催

健康・体力づくり飯能市民会議

(50音順)

はんのう愛育会

飯能地区医師会

埼玉県歯科衛生士会狭山支部

飯能市柔道整復師会

飯能地区歯科医師会

埼玉県鍼灸師会

飯能市食生活改善推進員協議会

飯能地区薬剤師会

協力

明治安田生命保険相互会社

大塚製薬株式会社

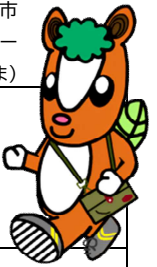
問合せ

保健センター TEL974-3488 FAX974-6558 ✉kenkozukuri@city.hanno.lg.jp



# イベント案内

飯能市  
イメージキャラクター  
夢馬(むーま)



|         |                                                   |                                                                                                                                                  |
|---------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3階のイベント | 集まれ！<br>赤ちゃんハイハイ・よちよち交流会<br>手作りおもちゃコーナー           | 受付時間<br>月齢7か月から9か月までのお子さん 10:15～<br>月齢10か月から11か月までのお子さん 10:30～<br>月齢12か月から1歳2か月までのお子さん 10:45～<br>1歳3か月から1歳6か月頃までのお子さん 11:00～<br>対 象 7か月～1歳6か月頃まで |
|         | コーディネーション運動教室                                     | 実施時間 ①幼児（親子）向け10:00～<br>②成人（シニア）向け11:00～<br>定 員 ①親子15組（30人）②30人（当日受付可）<br>費 用 1人100円（保険代）                                                        |
|         | スマホ DE ウォーク                                       | 「コバトン ALK00 マイレージ」の登録と「あるってクーポン」の申し込みをサポートします。<br>実施時間 10:30～12:30 対 象 18歳以上<br>定 員 15人 費 用 50円（保険代）<br>※動きやすい服装でおいでください                         |
| 2階のイベント | 飯能市8020<br>歯の健康づくり優秀者表彰（対象者のみ）                    | 実施時間 10:00～10:30<br>80歳以上で20本以上ご自分の歯を保っている方を表彰します。                                                                                               |
|         | 小児のフッ素塗布※<br>歯科健診<br>歯科衛生士による歯みがき指導               | 小さなお子様から大人まで、歯科健診と歯にまつわる相談、それぞれにあったみがき方をお教えします！<br>※「対象」市内在住1歳程度～小学6年生（先着順）<br>『来場前に必ず歯を磨いてきてください』                                               |
|         | キッズファーマシー<br>『白衣を着て調剤をしてみよう！』<br>お薬・漢方・食事療法に関する相談 | ①薬剤師さんのお仕事体験～キッズファーマシー～<br>②お薬相談～薬剤師がお答えします～ ※お薬手帳を忘れずに！                                                                                         |
|         | 試食クッキング「野菜たっぷりピタパン」                               | 作って食べて食生活について学ぼう！<br>10:30から2階ロビーにて整理券配布（限定120食）<br>11:00から提供開始                                                                                  |
|         | 鍼灸無料体験コーナー                                        | はり・きゅうの無料体験！効果を実感してみませんか？                                                                                                                        |
|         | 柔道整復師による痛みの相談<br>接骨院・整骨院の施術体験                     | ①痛みの相談、接骨院、整骨院施術体験<br>②肩・腰・膝等、痛みの相談<br>③テーピング指導及び実技                                                                                              |
| 1階のイベント | 講演会「外科手術の歴史と変遷」<br>健康相談会（手話通訳あり）                  | 実施時間 10:30～ ※講演会後は健康相談会になります。                                                                                                                    |
|         | ベジチェックコーナー                                        | 手のひらをセンサーにあてるだけで、あなたの推定野菜摂取量がわかります。食生活改善のきっかけに！                                                                                                  |
|         | 特定健康診査のご案内                                        | 国民健康保険加入者の特定健康診査をご案内します                                                                                                                          |
|         | 総合案内<br>（スタンプラリー・アンケートコーナー）                       | ①各コーナーを回ってスタンプをもらい、合計10ポイント以上で景品をプレゼント！<br>②アンケートに答えてグッズをもらおう（先着順）<br>③「コバトン ALK00 マイレージ」と「あるってクーポン」のご案内をします。                                    |
| 他会場     | チャレンジウォーク<br>※「あるってクーポン」に申し込みをした方対象               | 富士見地区行政センターをスタートし、総合福祉センターまで約5km歩きます。<br>実施時間 9:00～11:00 集合場所 富士見地区行政センター<br>定 員 20人 費 用 100円（保険代）<br>持 ち 物 スマートフォン・飲み物・タオル・雨具                   |

※授乳室は3階静養室をご利用ください。

