

第22回東通村健康まつり

タッチパネルで認知症の早期発見と認知症についての理解を深めました。

物忘れ検診コーナー

ミニ健康チェックコーナー



血压・血糖・骨密度・体脂肪等の測定を行い、健康チェックをしました。

保健協力員による運動・やにけんコーナー



民謡と手踊りという楽しみを通して、心の健康づくりを行いました。

こころの健康づくり講演会



※「サケのつかみ取り」で写真撮影にご協力いただいたお子さんの写真は、広報誌内で全て掲載できなかつたため、東通村のホームページ「お知らせ」にも掲載しています(12月中)。

けんちん汁とごまもちの試食提供を行いました。

老人クラブによる郷土料理と共同募金コーナー



クイズコーナー



身近な食品の砂糖や塩の量などクイズを通して学びました。

食生活改善推進員による野菜たっぷり減塩みそ汁コーナー



だし汁をきかせて、薬味(しょうが)を使うことで、減塩でおいしいみそ汁の完成です。

来場者の方と、簡単な健康法として「あつぷる体操」や「ラジオ体操」を行いました。

国民健康保険健康家庭表彰



平成25年度の3歳6ヶ月児健診で、むし歯がなく、かみ合わせ等も異常がないお子さんを表彰しました。

むし歯ゼロ幼児表彰



健康まつりでは、国民健康保険健康家庭表彰が行われたのち、健診でむし歯が無かった子どもたちにも、むし歯ゼロ幼児表彰が行われました。会場となった東通村体育館には、保健協力員や食生活改善推進員のコーナーのほか、自分の体の状態や生活習慣を知るためのコーナーが並び、たくさんの方の入場者で賑わいました。

また、津軽・南部民謡三味線森川流の家元 森川弘彰氏を講師に迎え、心の健康づくり講演会が開催されました。

講演会では、家元ご自身の活動をお話しながら自殺防止についてお話があり、続いて、手踊りや民謡が披露されました。ステージで繰り広げられる艶やかな芸の数々に、来場者からは感嘆の声と拍手が送られました。

来場者は、「野菜たっぷり減塩みそ汁」の試食や運動などを楽しみながら、自分の健康について学びました。