

2024

10/14

(月・祝)



健康都市宣言10周年



入場  
無料

# 健康食育フェスタ

第1会場 ハートピア春江ホワイエ 10:00~16:00

## 【健康チェックコーナー①】

- ・ベジチェック (野菜摂取充足度測定)
- ・AGEs (老化物質) チェッカー



## 【食と健康の体験コーナー】

- ・野菜スタンプでオリジナル絵はがき作り
- ・Myだしパックづくりdeへるしお (減塩)
- ・お米はかりゲーム
- ・アーモンド殻割体験
- ・打ち豆づくり体験
- ・野菜の販売
- ・食育パネル展
- ・薬剤師さんのお薬相談会・調剤体験



ほや丸も  
お散歩するぞ☆

©Sakai

健康チェック、ミニフレイルチェックは

- ・午前 (10時~11時30分)
- ・午後 (13時~15時30分)

に分けて受付し、定員に達し次第受付を終了します。

塩分控えめカラダに  
やさしい試食

11:30、14:00  
各回先着100食!!

第2会場 ハートピア春江展示ホール 10:00~16:00

## 【健康チェックコーナー②】

- ・骨ウェーブ (骨健康度測定)
- ・ミニフレイルチェックコーナー
- ・血管年齢測定
- ・脳体操タブレット



「歩こっさ+」  
ポイント獲得は  
こちらで



## 【展示コーナー】

- ・生活習慣病・がん予防パネル展
- ・「食と運動からはじまる健康づくり」  
小学生図画ポスター作品展示

## 【啓発コーナー】

- ・マイナンバーカード申請受付
- ・マイナ保険証体験  
(マイナンバーカードをご持参ください)  
☆粗品プレゼント・きつずお菓子つかみ☆



マイナちゃん  
と  
写真がとれる!

第3会場 ハートピア春江小ホール 9:30~12:00 (受付9:00~)

## 【健康都市宣言10周年記念イベント】

- ・「歩こっさ+」グループチャレンジ表彰
- ・市内団体による健康づくりの取り組み発表
- ・記念講演会「ガッテン流 コスパ抜群の健康生活」  
~最強の裏ワザはどれだ!??~

講師：元NHK「ためしてガッテン」  
演出プロデューサー 北折 一氏

・みんなで健康都市宣言!!

先着200名



申込はこちらから



北折 一氏



ついでにダイエットの  
裏ワザも教えるぞ☆

©Sakai

主催：坂井市

協力：明治安田生命福井春江営業所、全国健康保険協会福井支部、坂井市食育市民ネットワーク

【お問合せ】坂井市役所 健康増進課 TEL:0776-50-3067



HPはこちらから