

健康長寿のまちづくり推進大会

11/25 (土) **時間** 10:00~15:30 **会場** 国民保養センター 真名井

健康講演 13:30~15:00

「強い心と体の健康づくり」

【講師】五輪金メダリスト **荻原 健司** 氏



スキー・ノルディック複合元選手・指導者。

現役時代は、アルベールビル、リレハンメルの冬季オリンピック2大会連続で金メダルを獲得したことから「キング・オブ・スキー」の異名を持つ。社団法人日本近代五種・バイアスロン連合副会長。

♪ 特別コーナーも盛りだくさん ♪

入場無料

◆健康相談 & 健康チェックコーナー

歩行機能低下や転倒を防止するための【足指力測定】や、部位別の脂肪量や筋肉量がわかる【体組成測定】を実施します！

◆血糖測定・看護医療相談コーナー <公立穴水総合病院>

あなみず健康マイレージが
2ポイント当たります！

◆お薬相談・骨密度測定コーナー <能登北部薬剤師会>

※ お薬手帳をお持ちください。

◆健康能登野菜販売コーナー <JA 能登おおぞら村>



◆減塩豚汁の振る舞いコーナー <穴水町食生活改善推進協議会>

◆健康・観光等展示・PRコーナー

◆飲食コーナー

おにぎりなどを販売します！

**送迎バス
あります**

穴水駅 発 → 国民保養センター真名井 着
①10:30、②11:30、③12:30

国民保養センター真名井 発 → 穴水駅 着
①12:15、②講演終了後

