

＜かたつむりで行こう会＞

「日本一健康なまちづくり」を目指し、市民と行政が協働して健康づくりを推進しています。計画の策定にあたって行われた市民アンケートでは、「どこでどのようなサービスが受けられるのか」「情報そのものを得にくい不安感」「社会参加して活動したいと思っても、その機会や活動の場が見つけれない」という言葉が多かったことから、計画の重要な要素を、「情報」「居場所・役立ち感」としました。また、これらを満たす場所として人と情報が集う場所「SOS健康・情報ステーション」を増やし、「健康づくりは ひとつづくり・まちづくり」を目標に活動しています。随時会員募集中!

第7回
SOS
健康
フェスタ

1/20 日

9:30~15:00

山陽小野田市民館
山陽小野田市民体育館

※ 体育館アリーナへの入場には、体育館シューズ等の室内履きが必要ですので、御持参ください。

市民館文化ホール
9:30 オープニングイベント

10:00
太極拳演武
陳作榮 先生



10:15-11:00
医師会講演会
「健康長寿の秘訣教えます
～今日から始める生活習慣～」
講師
山口労災病院
副院長 矢賀健 先生



ウォーキング大会
(事前申込不要)
8:00 体育館前で受付
8:30 スタート

はいはいレース
(事前申込要)
13:00
賞品:木の積み木
又は木の三輪車

チューリップの球根
無料配布
(数量限定)
①12:00②14:00

元気のりのり汁
厚狭高スイーツ
食育ネットワーク
無料試食(数量限定)



飲食メニュー

弁当、パン、カレー、ポン菓子(実演販売)、縁起焼、ネギ焼き、焼きそば、カキ氷、フランクフルト、うどん等

体験・測定・相談展示・健康ミニ講座

市民館1階 血管年齢測定、肌年齢チェック、工作遊びの広場
無料フッ素塗布15歳未満(100人)等
市民館2階 聴力検査、骨密度測定等

市民館体育ホール・ステージ

10:00 1階出展ブース(講義室除く)開始
11:00 2階・1階講義室出展ブース開始
11:30 コンクール表彰式
14:30 つかもう健康ウルトラクイズ
14:55 SOSおきよう体操

市民体育館

11:00 レク式体力チェック・各種レクリエーション
13:00 はいはいレース
歴史民俗資料館
昔の遊び、火起こし体験
中央図書館
生活習慣病に関する展示

主催:かたつむりで行こう会
(SOS健康づくり計画運営委員会)
共催:山陽小野田市
協力:山陽小野田市健康づくり推進協議会
SOS健康・情報ステーション
事前申込・問合せ先:市健康増進課
TEL.0836-71-1814



駐車場に限りがあります。なるべく公共交通機関をご利用ください。臨時駐車場:まつば園

もつと
×7
つながりを

11/20(日)健康フェスタイベント はいはいレース



《申込・問合せ先》
市健康増進課
TEL71-1814

事前申込が必要です。申込は10月25日(火)から！

◎時間：受付 12:30~12:45

開催 13:00~14:00

◎受付場所：体育館アリーナ

◎対象：1歳のお誕生日を迎えるまで

(4m程度の「はいはい」が可能なお子さん)

◎定員：36名(先着順) ※参加賞あり

◎優勝賞品：木の積み木又は木の三輪車

ウォーキング

◎時間：受付 8:00~8:20

スタート 8:30

◎受付場所：体育館玄関前

◎コース：市民館周辺

◎定員：100名

(3.5kmのウォーキングが可能な方)

◎参加料：無料

◎事前申込不要・雨天決行

◎参加賞あり

