

第2回 自分を知って、体験して健康に！

もいやま健康フェスティバル



**開催日時 2017年3月11日(土)
10時～15時(9時45分開場)**

場所 守山区役所 講堂 (小幡一丁目3番1号)

※公共交通機関をご利用ください

★ からだチェック専門家に聞いてみよう！

- ・ロコモチェック
- ・体のゆがみ・バランス・歩行姿勢チェック(人数に限りがございます)

★ イベントに参加しよう！

- ・モリスちゃんのお友達森の妖精オーディション
- ・第1回世界肩もみ選手権
- ・白樺八重の毎日こつこつ健康のコツ「健康早口言葉」講座
- ・朗読ボランティアによる声みがき発表会
- ・糖尿病予防&改善「インチャクトレーニング講座」

★ ワークショップに参加しよう！

- ・第6回 子どもの未来を考える大人塾
- ・認知症予防スクエアステップ体験
- ・体幹講座
- ・みんなでLet'sダンス
- ・理学療法士が贈る介護予防講座
- ・訪問歯科医師Dr.板倉&歯科衛生士岩田先生の
～お口からはじまるカラダの健康講座～
- ・守山区内地域の取り組みやサロンの紹介(粗品進呈)

事前申込み不要！
参加費無料！
授産製品の販売もあるよ！



(詳細は裏面をご確認ください)

問い合わせ先：守山区社会福祉協議会 052-758-2011

主催：わくわくライフサポート守山

赤い羽根共同募金助成事業

社会福祉法人 名古屋市守山区社会福祉協議会

協力：守山区役所・一般社団法人名古屋市医師会・守山区自立支援連絡協議会

守山区リハビリテーションネットワーク・千寿デンタルクリニック

株式会社OSU Healht Support Academy

ステージ開催イベント タイムスケジュール

- 10:00 開幕
- 10:10 ~ 10:30 体幹講座
- 10:30 ~ 11:00 第1回世界肩もみ選手権
- 11:00 ~ 11:30 白樺八青の毎日こつこつ健康のコツ「健康早口言葉」講座
朗読ボランティアによる声みがき発表会
- 12:00 ~ 12:30 ダンス+ みんなでLet's ダンス
「Candy Drops」「Spur」「F☆seed with Blitz」
- 13:00 ~ 13:30 糖尿病予防&改善「インチャクトレーニング講座」
- 14:00 ~ 14:30 モリスちゃんのお友達森の妖精オーディション
- 15:00 閉幕



イベントブースタイムスケジュール

10:00~15:00(フェスティバル開催中いつでも参加可能です)

- ◎ 口コミチェック
- ◎ 守山区内地域の取組みやサロンの紹介(粗品進呈)
- ◎ 守山区医師会ブース
- ◎ 守山区自立支援連絡協議会「ハートフル部会」授産品の販売
- ◎ からだのゆがみ診断(定員50名 9時45分よりサロン紹介所にて整理券配布)
- ◎ 認知症予防スクエアステップ体験
- ◎ 訪問歯科医師 Dr.板倉&歯科衛生士 岩田先生の
〜お口からはじまるカラダの健康講座〜 10:00~11:30
- ◎ 第6回 子どもの未来を考える大人塾
〜運動をしながら親子のコミュニケーションUPしちゃおう!〜
講師:長谷川圭亮氏 12:00~13:00
- ◎ こころとからだの声を聴こう! えいこの楽筆わくわくワークショップ
① 10:30~ ② 12:30~ ③ 14:00~
(1回8名 各回開始30分前にサロン紹介所にて整理券配布)



糖尿病予防&改善
「インチャクトレーニング講座」



肩もみは幸せの最強のコミュニケーションツールだ!

第1回世界肩もみ選手権

肩もみに自信のある人求む!
(当日参加OK!)



モリスちゃんのお友達 もりの妖精オーディション

もりの妖精はモリスちゃんと心が通う心優しいお友達です。
森の妖精は守山区非公認キャラクターですが
Actors Studio名古屋で活動ができます。

肩もみ選手権・モリスちゃんのお友達もりの妖精オーディションへ詳細はHPにてご確認ください

<https://ja-jp.facebook.com/aichipack.healthcaremoriyama>