

平成26年1月17日

報道関係者 各位

「健康しまばら21推進大会(市民の健康づくり推進事業)」について

「今日から実践!!しまばら流健康術」をテーマに「健康しまばら21推進大会」を開催します。
内容は、医師・落語家として活躍中の立川らく朝先生の基調講演やメタボ改善体験談の発表、食生活改善推進員協議会の活動報告、健康チェック・体験コーナーなどがあります。
皆様お誘い合わせの上、お越してください。

◇概要◇

■名称：健康しまばら21推進大会

■テーマ：今日から実践!!しまばら流健康術

■日時：平成26年1月26日（日）12：30～16：00
（受付 12：30～13：30）

■場所：島原文化会館 中ホール、小ホール、展示室

■入場料：無料



有明海にひらく湧水あふれる
火山と歴史の田園都市 島原

担当： 保険健康課
健康づくり班（保健センター） 島田
電話：0957-64-7713
E-mail：hocen@city.shimabara.lg.jp

健康しまばら21推進大会

(市民の健康づくり推進事業)

『今日から実践!! しまばら流健康術』

健康づくりは、日頃の食事と運動、そして、一緒に取り組む仲間がいることが大切です。

自分にあった健康法を見つけて、家族・仲間とみんなで協力して健康づくりに取り組みましょう!!

参加費
無料

●と き 平成26年 **1月26日(日)**

●ところ **島原文化会館** 中ホール・小ホール・展示室

12:30~13:30
受付

12:30~13:20

体験コーナー

健康チェック

・骨粗鬆症検査・血管年齢測定
・血圧測定・体脂肪測定

スクエアステップ

13:30~
開会式

14:30~16:00

基調講演

健康落語とヘルシートーク

玄川 めく朝
先生

医師として落語家
として活躍中!!
笑いを交えた楽しい
講話です!!

13:50~

体験・活動報告

・メタボ改善体験談 発表
・食生活改善推進員活動報告

アトラクション

～がんばらんば体操～

展示コーナー

食生活改善推進員協議会
健康づくり推進員連絡会
ウォーキングサークル
スクエアステップサークル



【お問い合わせ先】 島原市保健センター ☎ 64-7713・64-7715

◆主催：島原市

◆後援：島原市医師会・島原南高歯科医師会・長崎県県南保健所

◆協力：島原市健康づくり推進員連絡会・島原市食生活改善推進員協議会

島原市ウォーキングサークル（秋波、のぎく、さるいてみゅう会、歩いて食べよう会）

島原市スクエアステップサークル（スクエアクラブ、スクエア有明、スクエア島原）