

!! みんなの健康を応援します!!



男山病院 健康まつり

～地域みなさまの健康づくりを応援します!～

どなたでも参加OK!
予約なし



日時

11月7日 土

12:00～14:00

会場

2階フロア等

(院内の案内図をご確認ください)



八幡市民
オーケストラによる
演奏会

13:00～



スタンプラリー

ブースを回って

景品をゲットしよう!



1

骨の健康と健康寿命

講師 荒木院長のお話



12:00～

2

骨粗鬆症の予防をしよう!

- ・FRAX測定
- ・骨にやさしい生活習慣の紹介
- ・運動のポイント



3

自分を知ろう・体力テスト

大人も子供も!

- ・体力テスト
- ・リハビリ体験
- ・認知症検査
- ・リハビリ相談



4

わくわく食育チャレンジ!

- ・野菜350gピッタリチャレンジ
- ・おはし名人チャレンジ
- ・栄養相談



5

命をつなごう! 救急蘇生

いざという時に役立つ救急蘇生とAEDを体験してみよう!



6

正しい手洗いチェックしてみよう!

- ・手洗いのポイントをチェックして、感染予防につなげよう!



7

暮らしのヒント教えます～今さら聞けない介護保険～

介護保険のサービス、手続き、介護施設についてご相談に応じます。



8

ハンドトリートメント

香りに癒されてリラックス♪
心も体もほっと一息。



9

アロマスプレーを作ろう!

- ・好きな香りで自分だけのアロマスプレーを作ろう!



10

つくろ! スライム

好きな色でスライムをつくってみよう!



11

ペーパークラフト・折り紙

季節の飾りやかわいい作品をつくってみよう!



みなさまの
ご来場をお待ち
しています!!

お問合せ

☎ 075-983-0001

会場

2階フロア等

(院内の案内図をご確認ください)

主催 男山病院 後援 八幡市