

# 健康フェア

テーマ「血管を守ろう」

11/16 土

受付 9:30~14:00

ところ ひと・まちテラス

## 健康チェック体験

- 血圧測定
- 健康相談
- 血糖自己測定
- 糖化測定  
指一本で老化物質の蓄積レベルをチェック
- ベジチェック  
野菜不足を測定
- 骨強度測定
- 血管年齢測定

## 運動体験

健康推進員と歩こう（午前のみ）  
受付 9:45~9:55  
集合 ひと・まちテラス 1階入口  
コース 中山道 2.5km

歩行分析  
(岐阜県理学療法士会)

ストレッチ

## その他

たばこについて知ろう  
アルコールパッチテスト  
マンカラ体験  
大腸がんクイズラリー  
(協力 NPO法人 フレイフサークル運営協議会)

## サテライト会場 ルビットタウン

美味しく楽しく減塩  
減塩コーナー

受付 10:00~

試食もあるよ！

## 口腔機能を高めよう

細菌観察など



【お問合せ】中津川市健康医療課 0573-66-1111(内線629・622)

【主催】中津川市 【協賛】明治安田生命保険相互会社名古屋東支社 株式会社バローホールディングス  
(中津川市は企業、団体と協働して健康づくりを推進しています)