

ちのし健康&食育フェスタ



10月22日(日) 12時30分～15時30分



会場：茅野市健康管理センター

参加無料

守ろう血管！下げよう血压！

茅野市諏訪郡歯科医師会

『おいしく食べて健康になろう！』
「なんでも歯科相談」お口の中で悩んでいることのできる限りお答えします。

看護協会諏訪支部

血压測定・看護師による健康相談
『正しい血压の計り方を知り血压測定を生活習慣の一つにしよう』

長野県臨床検査技師会

『血管年齢を測ろう！～あなたの血管は何歳？～』
血管年齢計を用いた血管年齢の測定

長野県言語聴覚士協会茅野支部

『いつもと違う！』～ことば・飲みの変化～
嚥下障害、ことばの障害について解説します

諏訪中央病院

『すわちゅう健康相談』
医師による健康相談を行います。



食生活改善推進協議会

『ゆる塩料理でおいしく楽しく』
減塩料理の実物展示、減塩料理のレシピ配布

諏訪地区鍼灸師会

『自律神経を整えて血压を整えよう！』
自律神経・血压を整える「ツボ」の紹介
ツボセルフハンドブックの配布 一先着100人

茅野地区薬剤師会

『血压とお薬の働き』
お薬の働きについてわかりやすく解説
&お薬相談&パネル展示&薬管理グッズの展示

波の会（諏訪分会）

『てんかんを正しく理解してください』
ポスター展示、チラシ配布

茅野市栄養士会

『食事のお悩み解決します』
パネル展示、栄養相談

「ひまわり作業所の
クッキー販売」も
あります。



諏訪保健福祉事務所

信州 ACE プロジェクト『Eat』普及・啓発
～“来て”“見て”“発見”！ 減塩のイメージ変えてみませんか？～
減塩・野菜摂取に関する展示・体験ブース・350gの野菜計量体験

学校栄養士会

『食に興味や関心を持とう～望ましい食生活を送ろう～』
塩分測定体験、香りでだしを当ててみよう、減塩レシピ配布
※ご家庭のみそ汁を少量持参していただくと塩分測定できます。

茅野市健康づくり推進課

『市の健診・検診の予約ができます！』
『野菜足りていますか？ベジチェックの体験！』
茅野市健康づくりポイント事業のポイントを差し上げます！

保育園栄養士会

『栄養マンと仲良くなろう！』
保育園の食育活動の紹介、プラバンで作る栄養マングッズの作成コーナー、給食レシピ配布

問 茅野市健康づくり推進課 ☎82-0105

本事業は、「株式会社クスリのサンロード」様からいただいた、企業版ふるさと納税の一部を活用し、実施します。