ちのし健康&食育フェスタ



会場:茅野市健康管理センター 参加無料



来て!見て!体験して!健康になろう♪

塩味の味覚テスト

塩味の味覚テストにチャレンジして食事の 悩みを解決!

減塩の相談・栄養相談



あなたの血管年齢を調べよう!

●血管年齢計を用いた血管年齢の測定 60 秒で測定ができます!



◆長野県臨床検査技師会 南信支部◆

ペットボトル温灸体験

- ~体の循環を良くしよう~
- ●ツボテスターでツボの位置確認

◆諏訪地区鍼灸師会◆

- 体質チェック表で自分の体質にあったツボを選択!

骨健康度測定&お薬相談

- ●骨粗しょう症のお薬などの展示
- カルシウムウエハースのサンプル付き



◆茅野地区薬剤師会◆

みそ汁やカップラーメンの 塩分測定体験!



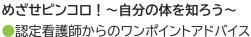
自宅から持参したみそ汁等をその場で 測定できます!

- ●減塩レシピ配布
- 香りでだしを当ててみよう
- 給食食材の試食



◆学校栄養士会◆

握力・歩行速度 測定体験!





◆看護協会諏訪支部◆

プラバンで栄養マングッズを作ろう

栄養マングッズはお持ち帰りいただけます。

給食レシピ・保育園の食育活動の紹介



◆保育園栄養士会◆

おいしい楽しいヘルシー ~寒天料理~

- ●寒天料理の展示
- フルーツボンボンの試食
 - ◆茅野市食生活改善推進協議会◆

「ひまわり作業所のクッキ 販売」もあります。



すわちゅう健康相談

●医師による健康相談



-てんかん-

ひとりで悩んでいませんか?

◆波の会 (諏訪分会)◆

ベジチェック かみかみチェックガム体験

健康づくりポイント配布

●家庭血圧測定のおすすめ、 献血 PR、がん検診 PR 等



◆茅野市健康づくり推進課◆

問 茅野市健康づくり推進課 **282-0105**

~参加賞もあるのでお楽しみに~