

# 健康フェア

For Your Healthy Life

入場  
無料

日時

2019年 9月7日 土 14:00-16:30

場所

新ひだか町公民館・新ひだか町コミュニティーセンター内  
2階 大集会室

新ひだか町静内古川町1丁目1番2号



無料サンプル配布  
(ドリンク・健康食品等)

## 体験コーナー

- NANO-Fit 「椅子空手体操」
- 福祉皮膚美容師による「健康ネイル」

## 講演

- 低栄養を予防しよう
- 薬局と薬剤師を活用しよう

## 相談コーナー

- お薬相談
- 栄養士による栄養相談

## 各種健康測定

- 肌年齢測定
- 血管年齢測定
- 脳年齢測定
- 骨健康度測定
- ストレス測定
- 体内糖化度測定
- 体成分測定

各種健康チェック・相談等、すべて **無料** でご参加いただけます!

## 体験コーナー

15:00～15:40

### ● NANO-Fit「椅子空手体操」

～認知症予防、生活習慣病の改善～

インストラクター：高橋 憲司



14:00～16:00

先着 **5** 名様

### ● 福祉皮膚美容師による「健康ネイル」

～指先から気分を上げて毎日イキイキ～

なの花薬局静内青柳店 福祉皮膚美容師：佐藤 直美

## 講演

開催時間 16:00～16:30

16:00～16:15

### ● 低栄養を予防しよう

管理栄養士 黒川くるみ



16:15～16:30

### ● 薬局と薬剤師を活用しよう

なの花薬局静内青柳店 薬剤師 板本 圭造



## 相談コーナー

開催時間 14:00～16:30

### ● お薬相談

病院のお薬や市販のお薬で困りことがあればご相談ください。

当日お薬手帳をご持参ください。



### ● 栄養士による栄養相談

食事バランスが気になる、健康的にやせたい、こどもの食事について知りたいなど食生活に関する日々の疑問にお答えいたします。



## 各種健康測定

開催時間 14:00～16:30



肌年齢測定



血管年齢測定



脳年齢測定



体成分測定



骨健康度測定



ストレス測定



体内糖化度測定

※時間になり次第終了致しますので予めご了承ください



## 会場アクセス

新ひだか町公民館・新ひだか町コミュニティセンター内2階 大集会室

住所／新ひだか町静内古川町1丁目1番2号

アクセス

JR 日高本線「静内駅」から …………… 徒歩9分

※駐車場あり

お問い合わせ

**なの花薬局** 静内東店

新ひだか町静内青柳町1丁目7-15

Tel. 0146-43-1193

【営業時間】

月～金 (9:00～17:30)

土 (9:00～13:00)

日・祝 休業日