

集団健診会場で『ベジチェック』を受けませんか？

普段の食事で野菜をどれくらい食べていますか？あなたの野菜摂取量を測ってみましょう！

特定健診の集団健診会場で、手のひらをセンサーに当てて短時間で簡単に野菜摂取量の目安を測定できる『ベジチェック』を実施します。

「野菜は足りているかな？」と思っている人も、普段あまり野菜を食べていない人も、まずは気軽にチェックして、測定結果を日頃の食生活を見直すきっかけにしてみましょう。

健診のついでに、あなたの『野菜力』をチェック！ぜひお気軽にお立ち寄りください。

●問い合わせ／保険医療係

日にちと会場

- 10月17日(土) 社会福祉センター
- 10月18日(日) 保健福祉総合センター
- 12月 5日(土) 社会福祉センター
- 2月13日(土) 社会福祉センター
- 2月14日(日) 保健福祉総合センター

※時間は午前7時から午前9時30分

参加料・申し込み

- 無料・不要

測定内容

- ▷ 野菜摂取レベルの測定
- ▷ 運動機能の測定
- ▷ 体脂肪や筋肉量の測定



第24回厚岸町障害者(児)ふれあいフェスティバル

『こう福祉21』

開催



福祉への理解を一層深めてもらうことを目的に『第24回厚岸町障害者(児)ふれあいフェスティバル「こう福祉21」』を開催します。

このイベントは、ノーマライゼーション理念のもと、障がいの有無によって分け隔てられることなく、いきいきと共生する社会の実現を目指し、福祉に関わる人たちと交流し理解を深めることができる機会として開催しており、今年で24回目を迎えます。

当日は午後からの半日開催で、保育所園児らによる手話の歌のステージ披露のほか、例年行っている福祉用具の展示や視覚障がい者への介助・誘導体験、町内の就労訓練事業所の生産品販売などを行います。

また、今年は各ブースをまわるスタンプラリーなどの新たな催しも企画していますので、皆さんお誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。

- 日時／11月1日(日)13時30分から
- 会場／社会福祉センター
- 問い合わせ／厚岸町障害者(児)ふれあいフェスティバル『こう福祉21』実行委員会事務局(障がい福祉係) ☎53-3333

