

参加
無料

市制施行60周年記念事業

有田市健康フェア

～いっしょのしゅんじゅん!

～知って・見て・感じて健康づくり～

日時：平成29年2月5日（日）13時～16時

（受付12時30分開始）

場所：有田市文化福祉センター・有田市保健センター

ギリ先生のヨガ教室

- ★親子ヨガ（35組 限定）
13時～13時50分
1歳～小学生のお子様と
一緒に体験できます！
- ★インド式ヨガ（50人 限定）
14時10分～15時
（要電話申込）締切：1月20日
（申込多数の場合は抽選）
（お申込は有田市民に限ります）



ギリ・ガネーシュ先生

ちょこっと試食

ギリ先生の



（写真はイメージです）

- ★本場インドの
豆野菜カレー
（限定 120食）

- ★スパイス入りチャイ
（インドのミルクティー）
（限定200杯）
（13時～）

健康チェックコーナー

- ★骨密度測定・血管年齢測定・体組成チェック
13時～・14時30分～
（各実施時間 30分前から、整理券を配布します）
実施人数：（血管年齢・体組成）各時間 先着40名
（骨密度）各時間 先着35名
- ★脳年齢チェック

アロマハンドマッサージ

- ひと時のリラクゼーションを！
13時～・14時～・15時～
（各時間 先着15名）
（各実施時間 30分前から、整理券を配布します）



スパイスコーナー

世界の色々なスパイスの働きや効果を知り、健康食作りに活用しましょう！



お楽しみコーナー

- ★お菓子釣り・スーパーボールすくい
（小学生以下のお子様限定）
- ★キャラメルポップコーン



お医者さんコーナー

- （相談者・講演会参加者に粗品進呈）
- ★医師による健康相談コーナー
14時～15時
- ★認知症予防ミニ講演会
15時～15時20分



体験コーナー

- ★野菜350gの重さ当て
- ★手洗いチェック
- ★目で見る食品中の塩分量・糖分量



お問合せ・お申込 有田市保健センター
0737-82-3223（平日8:30～17:15）

主催：有田市 共催：有田市医師会

協力：有田市立病院・市健康推進員・市食生活改善推進員・市母子保健推進員