

# 第33回 健康づくり フェスティバル

参加協力券  
健康チエック1回無料付  
300円

2024年 **3月17日(日)** 9:50オープニング企画wishキッズダンス  
10:00~14:00

会場：総合病院 南生協病院、南生協よってって横丁  
名古屋市緑区南大高二丁目204番地

テーマ すこやかな心と身体を育もう  
～食事・運動・睡眠でフレイル予防～

- 9:50~10:00 オープニングキッズダンス
- 10:00~11:15 全体会 (3階ホール)

記念講演 テーマ「よい眠り」  
～眠りが身体に及ぼす作用～ (仮)

講師：名古屋市立大学大学院

薬学研究科 桑和彦教授

- 事業所を楽しく知って得する企画 (3階ホール他)

南生協病院 (外科医・研修医・検査科・薬剤科・  
リハビリテーション科・栄養支援室)・フィットネスクラブwish・  
ケアマネジャー・歯科・よってって在宅診療所・  
桃山診療所デイケアなど

①11:45~12:45 ②13:00~14:00 ③連続

- 地域の健康づくり大集合・体験会  
(前半11:30~) (後半12:30~)  
※場所・内容など詳細は裏面をご覧ください。



駐車料金は別途必要です。  
なるべく公共交通機関で  
お越しください。

チケットはお住まいの支部の  
運営委員さん、もしくは下記  
までお問い合わせください。

【お問合せ先】南医療生活協同組合 地域ささえあいセンター  
TEL: 052-625-0650

主催：南医療生活協同組合 健康づくりフェスティバル実行委員会

# 第33回 健康づくりフェスティバル

## 地域の健康づくり大集合・体験会

【前半】11:30～12:15

場所	地域	健康づくりのテーマ・体験内容など
よってって横丁2階	知多半島南ブロック 知多半島北ブロック	世代を超えてみんなで歌おう ～童謡からなつかしい歌まで
病院1階 内科待合	緑区北部地区	パワーアップしたフレイル改善体操
1階 外科待合	緑区南部地区	地域の人気班会体験 ～身体も心もほぐしてリフレッシュ～
1階 整形待合	東海市南ブロック 東海市北ブロック	地域まるごと健康習慣づくり 転ばぬ先のあ・い・う・べー体操 + おまけ 世にも奇妙な波動共振センサー
1階 眼科待合	西三河ブロック	頭と身体を使って良い睡眠を
2階 健診待合	知多市ブロック	咬むCom体験でまるごと健康づくり ～ゴムバンドもやるよ！～

【後半】12:30～13:15

場所	地域	健康づくりのテーマ・体験内容など
よってって横丁2階	大府・東浦ブロック	楽しく踊って 夜はぐっすり 健康づくり
病院1階 内科待合	大高西ブロック	楽しく体を動かそう～太極拳 セラバンド
1階 外科待合	たからブロック 南区北ブロック	運動と脳トレ
1階 整形待合	名南ブロック	“シャキッと”元気に朝を迎えよう!! ～食事も体操も睡眠も～
1階 眼科待合	星崎ブロック	子どもも大人も遊んで学ぶ～ほしざき遊らんど
2階 健診待合	大高東ブロック	全員集合 大笑いで 健康きたる! ～人も病気もつながりで治す～

みなさんお待ちかねの健康チエック！（病院2階 ①9時半～②11時半）  
骨密度・体組成計・ベジチエックを、チケツトで  
1つチエックできます。（当日は現金での取り扱いはありません。）

### ●おいしい！ヘルシーランチ

～ヘルシーランチフェア～

11:00～12:30 1階エントランス

☆コープあいち

味噌ヒレカツ弁当

さば塩焼き弁当 1個500円（税込み）

☆緑と風のダーシェンカ

特製 天然酵母パン 各種

☆SOWHAT

鶏むね肉の甘酢胡麻からめ弁当

1個500円（税込み）

キッチンカーも来るよ!!

### ●どんな活動があるのかな？

病院エントランスで10:00～

南医療生協の委員会活動  
まる見え展示・体験ブース！

いろいろな委員会のとりくみを全部お見せします。体験できるブースもあります。

委員会活動には、  
どなたでも参加できます。

当日2024年度班会百科を販売開始します！