

食の健康教室

3人の管理栄養士が①～③の“教室”にスタンバイ！

- ①減塩教室
- ②糖尿病教室
- ③ロコモ・フレイル・サルコペニア教室

いつまでも元気に過ごすための食事についてアドバイスいたします



ふれあい健康教室

講演
『危険因子と脳卒中予防』

脳神経外科専門医
原田 淳 医師



西能みなみ病院 副院長
みどり苑 診療部長
PROFILE
昭和59年 富山医科薬科大学卒業
平成11年 国立水戸病院 済生会高岡病院 脳神経外科部長
平成21年 厚生連高岡病院 救命救急センター 部長
平成27年 西能みなみ病院 副院長就任

演芸

富山みずほ民謡会様による
民謡舞踊をお楽しみください



地産地消メニュー

- 秋ヶ島で収穫した大根で作った「おでん」
- 秋ヶ島の新米でつくった「おにぎり」
無料で提供！



タイムスケジュール

福祉用具相談コーナー

安心と信頼の介護のプロ
五省会居宅介護支援事業所
初出店！

- 福祉用具
- 聴力検査
- 自助具
- 住宅改修



専門家による福祉用具の点検や
聴力検査をおこないます。
日頃困っていること
何でもご相談ください



脳内クイズラリー

みどり苑・みなみ病院の
館内5ヶ所に
ちょっとかわった
脳内クイズ！



全問正解 ⇒ 景品 GET !

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00
みどり苑祭		秋ヶ島茶会		ふれあい健康教室	演芸 富山みずほ民謡会		
			東日本復興応援メニュー / 地産地消メニュー				
			「食の健康教室」 減塩教室 / 糖尿病教室 / ロコモ・フレイル・サルコペニア教室				
			福祉用具相談コーナー				
西能みなみ病院祭			喫茶メニュー				
			2施設合同企画！ 「脳内クイズラリー」				バザー
			健康チェックコーナー「体内ツアー& ちょっとだけ 脳内ツアー」				
				ミニゲーム大会			
		トリックアートほか作品展 / バルーンアート / “ちいさないきもの” 作り教室					
		焼いも / わたあめ / ポップコーン プレゼント！ (100名限り) ジュース / コーヒー / 烏龍茶 無料サービス					

東日本復興応援メニュー

俳優・西田敏行さんが
応援団長を務める
[福島屋商店]で
食材を購入しています



- 幸せ乃そば
- あったか中華

喫茶メニュー

今年の企画は 焼きたてパン！

- 4種類のサンドイッチ
- 3種類のパイ
- フルーツカップ
- 野菜・果物の生ジュース



バザー

ラストを飾る
恒例の
バザー！



掘り出し物と一緒に
笑顔の帰宅？

健康チェックコーナー

あなたのカラダを総チェック！ “肉体年齢は何歳？”

- 血管年齢
- 骨密度
- 重心動揺計「めまい ふらつき」
- 体脂肪率・筋力量・水分量
- 血圧・握力 ほか ⇒結果を元に看護師がアドバイス！！



お子さん お孫さんも一緒に！



材料がなくなり次第、終了いたします。

ミニゲーム大会

リハビリアイテムを
使ったミニゲーム大会！
意外に大人も熱くなる
・・・
獲得ポイントで
景品 GET !

