

第31回 川越市

2017

健康 まつり

10/29(日)

10:00~15:00

・開会式 9:40から

会場 ウェスタ川越

(1階 多目的ホール 2階 会議室・活動室)

☆ぴんぴんきらり☆みんなでめざそう、健康寿命日本一!

全コーナー無料!

健康に関する、楽しいコーナーが盛り沢山!是非お越しください!

体験

血管年齢チェック

体力測定 (握力・長座体前屈・片足立ち)

手先を使った脳トレ

楽しくリズム体操

フッ素塗布・洗口、歯科健診、歯みがき指導

妊婦体験、子宮体験、リフレクゾー

はり・きゅう体験 接骨体験

親子で参加

かけっこが簡単に速くなる教室

※詳細は裏面を御覧ください。

お弁当詰め体験

(フェルト製の具材をバランスよく詰める体験)

おはしの持ち方チェック

乳児の身長体重測定

ゲームの広場

こども調剤体験

相談

血糖値 栄養

歯科 くすり

筋肉・関節の痛み

はり・きゅう

子育て

今年も開催!

合同スタンプラリー

展示

1日分の野菜の必要量

ラジオ体操マップ

医療画像展

健康じまんポスター

「わが町のお元気さん」

苗木配布 (ブルーベリー)

自治会連合会主催

時間:午前11時から

配布数:100本

(1家族1本まで)

場所:交流広場

川越市社会福祉協議会

ユニクス川越

福祉の市

にぎわいマルシェ



屋外の交流広場では、多くのテントで農産物や雑貨などの販売があります。また、スタンプラリーに参加すると、ガラポン抽選にチャレンジできます。



「記念品」の配布がありますので、マイバッグをご持参ください。ゴミはお持ち帰りください。

川越市マスコットキャラクター
ときも

主催:川越市 主管:川越市健康まつり実行委員会

問い合わせ先:川越市健康づくり支援課 (住所:川越市小ヶ谷817-1 総合保健センター内)

TEL. 049-229-4121 FAX. 049-225-1291 <http://www.city.kawagoe.saitama.jp/>



親子で一緒に！かけっこが簡単に速くなるコツ教室★

運動会やマラソン大会に向け、かけっこが簡単に速くなるコツ・持久力をつけるコツを短時間で伝授します。是非、親子で御参加ください！

★対象★

年長～小学校低学年の子とその保護者

★タイムスケジュール★

第1回目	10:30～11:10
第2回目	11:30～12:10
第3回目	13:00～13:40
第4回目	14:00～14:40

～教室についての御案内～

- ◎ 会場「ウェスタ川越2階 活動室1」
- ◎ 各回、先着15組です。
- ◎ 各回、30分前に整理券を配布します。
(配布場所：活動室1 入り口脇)
- ◎ 動きやすい服装、運動靴でお越しください。
- ◎ 飲み物・タオルをお持ちください。

★先生の紹介★



日本マスターズ陸上 M25 (25歳～29歳の部)

100m 現日本記録保持者

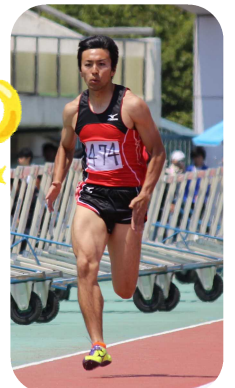


やまざき じゅんぺい
山崎 淳平 先生

城西川越中学校

城西大学付属川越高等学校

教諭 陸上競技部監督



交通アクセスのご案内

ウェスタ川越所在地：

川越市新宿町 1-17-17



■JR川越線、東武東上線「川越駅」西口より徒歩5分

■西武新宿線「本川越駅」より徒歩約15分

<本川越駅よりバスをご利用の場合>

●西武バス乗り場 ①番

・新所02、本55系統「川越駅西口」下車 徒歩5分

・本53、本54系統「ウェスタ川越前」下車 すぐ

●西武バス乗り場 ②番

・川越35、川越35-1系統

「ウェスタ川越前」下車 すぐ

ウェスタ川越の駐車場は、混雑が予想されます。

なるべく公共交通機関をご利用ください。