

# 小松島市健康づくりのつどい

**参加無料**

**とき** 11月25日(日) 12:00~16:30

**ところ** 小松島市保健センター・ミリカホール

**テーマ** 笑顔! 元気! 健康家族



## ステージイベント 12:00~13:30 (開場11:30~)

**無料** ※ただし整理券が必要です。

「血管を鍛える」と超健康になる!  
~人は血管から老化する~

ステージイベントは小松島市民の方が対象です。



テレビで“血管先生”としておなじみの

講師 池谷医院院長 医学博士

いけたに としろう  
**池谷 敏郎 氏**



### ■整理券の配布について

11月5日(月)より、市保健センター・ミリカホール窓口にて配布します。

- 整理券が無くなり次第終了します。ご了承ください。
- 整理券が余りましたら、当日整理券を11時より配布します。
- お一人様3枚までとさせていただきます。
- 座席は自由席です。ご了承ください。
- 未就学児のホールへの入場はご遠慮ください。

アンケートに  
協力いただいた方に  
粗品プレゼント!!



## 体験コーナー 12:00~16:30

◆血糖測定・血糖ミニ講座

◆血圧測定(減塩について)

◆健康チェック 対象18歳以上

【協会けんぽコーナー】

(体脂肪・内臓脂肪・筋肉レベル・肺年齢測定)

◆医師による相談

【小松島市医師会コーナー】

相談内容の結果、医師が必要と判断した方については、動脈硬化の簡易検査を行います。

◆歯周病検診・歯ブラシソムリエ

(歯みがき指導)

唾液でわかる歯周病検査

※歯みがき後2時間経過した方

【小松島市勝浦郡歯科医師会コーナー】

◆おしんぼ(試食コーナー) 先着250食

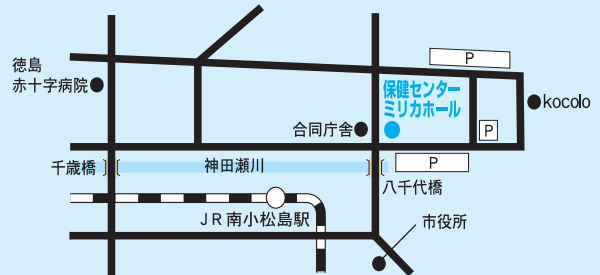
◆保健師相談



歯ブラシがもらえるよ!  
子ども用もあります!



国保健康マイレージ事業の所定の用紙をお持ちの方は、当日お持ちください。



お越しの際は安全のために横断歩道をご利用ください。

消費者展・無料行政相談もあります

【お問い合わせ先】

市保健センター ☎32・3551 ☎32・2500/

FAX32・4145

Mail:hokencenter@city.komatsushima.i-tokushima.jp