

保健所フェスタ

★ 見て ★ 聞いて ★ 学ぼう!

日時 平成23年1月15日(土) 10:00~15:00 **場所** 松山市保健所(萱町6丁目30-5)

オープニングイベント 10:00~10:20 6階大会議室にて、「ゆるキャラ」も登場!

★ イベント紹介 ★

1F

がん検診を受けてみませんか? 人数制限がありますので、お早目に! 肺・乳・大腸 受付 10:00~11:30、13:00~14:30
子宮 受付 10:00~10:30、13:00~13:30

- がん検診受付・申し込み
※松山市に住民登録があり(証明できるもの持参)、4月以降受診していない方。
- 防災へのこころがけ(起震車に乗ろう)
- 健康づくり写真館

- 肺がん 40歳以上 先着150名 300円
- 乳がん 40歳以上 先着60名 1,200円
- 子宮がん 20歳以上 先着200名 500円
※クーポン券をお持ちの方は利用できます。
- 大腸がん 採便容器を配布 500円
※詳細はお問い合わせください。

2F

骨髄バンクドナー登録をお願いします!

- 骨髄バンクドナー登録(18~54歳まで)
- 健康相談【育児相談】
※子育て支援相談室があります。



【骨髄バンクドナー登録】

体重は男性45kg、女性40kg以上の方など条件がありますが、説明させていただきます。その後採血(2mℓ)など、時間は約20分です。

4F

犬のしつけ方、食中毒予防、害虫駆除、細菌やウイルスを知りたい方必見です!

- ビデオ等上映
- 害虫に会ってみよう(標本展示・駆除相談)
- ウイルス展示
- 検査技師のようにな
- 手洗いチェック
- パネル展示 など



【ビデオ上映】

- ・犬は大事なパートナー
- ・ノロウイルスに注意・感染症予防など

【手洗いチェック】

専用の液を手全体につけて、水道水で手洗いを行いブルーライトにかざすと、洗い残しが白く光ります。ぜひ、自分の手洗いを確認してみましょう!

5F

防災センターがあります。災害に対する行動を楽しく体験しよう!

- 消火体験コーナー ●避難体験コーナーなど



6F

健康度・体力測定、暮らしに役立つミニ講話ゲームやクイズなど、保健所情報満載です!

- オープニング【ゆるキャラ集合】
- ミニミニ講話
- ストレスチェック
- アルコールパッチテスト
- タバコに関するチェック
- 体力測定
- 身体計測(赤ちゃんからできます)
- 高齢者体験
- 健康度測定
- 栄養・食生活に関すること
- 健康相談
- むし歯菌チェック(先着200名)
- 赤ちゃんのお世話、妊婦体験
- 心音を聴いてみよう
- 健康クイズ
- 絵本読み聞かせ
- 親子ゲーム大会
- 子ども用品バザー
- パネル展示
- 各種リーフレット配布

オープニング10:00~10:20

- ・開会宣言 ・ゆるキャラ集合!
- ※ゆるキャラは13:10頃にも集合するよ!

アルコールパッチテスト

小学5年生以上
消毒用エタノールをバンソウコウに2~3滴たらし、うでの内側に貼り、5分後にはがし結果をみます。



体力測定

- ・握力・長座位前屈
- ・開眼片足立ち
- ・反復横とび
- ・垂直とびなど

- #### 健康度測定
- 20歳以上
- ・血管年齢
 - ・骨密度
 - ・体脂肪測定
 - ・血圧測定



【ミニミニ講話 1演題20分程度】 場所:6階大会議室

- ①10:30~ 感染症予防(インフルエンザ)
- ②11:00~ 食中毒予防(ノロウイルスなど)
- ③11:30~ がんから身を守るために、健診を受けよう
- ④13:30~ 生活習慣病予防「脱メタボ」
- ⑤13:55~ 筋力アップ・ストレッチ(実技あり)
- ⑥14:25~ 「こころの健康」について

【ミニミニ講話】 場所:急患医療センター

- ①11:40~ 小児救急適正利用について
- ②14:00~



お問い合わせ

松山市保健所 健康づくり推進課
TEL 089-911-1814 FAX 089-925-0230

保健所ホームページ
<http://www.city.matsuyama.ehime.jp/hokensyo/>

会場案内

【市内電車】

- ★環状線 萱町6丁目下車 徒歩3分
- ★本町線 本町5丁目下車 徒歩3分

【バス】

- ★北条・堀江方面行本町5丁目下車 徒歩3分
- *当日は混雑が予想されますので公共交通機関をご利用ください。

