



ポイント事業について
はこちらから



入場無料

健康フェスタ 2025

2025年

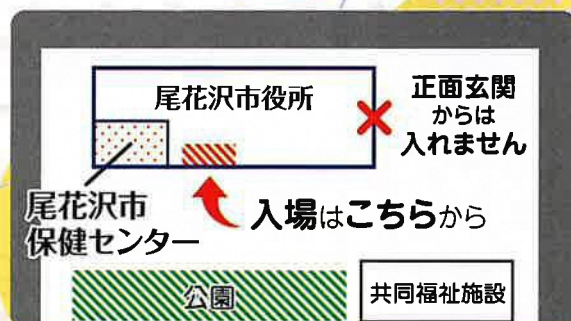
日時

10月4日 土

9:00～14:00〔最終入場受付 13:30〕

会場

尾花沢市保健センター
ほか尾花沢市役所内



市民健康講演会

なぜ痛くなるの? どうしたらいいの?
気になるロコモと
ひざの話(仮)

北村山公立病院 整形外科医長

成田 淳氏



■時 間 10:30～11:45
■会 場 3階 大会議室
■申込み 9/30(火)まで下記へ

Q ロコモってなに?

ロコモとは、ロコモティブシンドロームの略で、骨、関節、筋肉などの運動器の組織の障害によって、立ったり歩いたりするための身体能力(移動機能)が低下した状態です。

おばね満喫ウォーキング

商店街と田園コース

■時 間 集合 8:00 / 出発 8:30
■集合場所 尾花沢市役所・公園側玄関
■所要時間 約 90 分 (5km)
■参加費 無料
■申込み 9/30(火)まで下記へ
■持ち物 飲み物、汗ふきタオル等
■その他 ウォーキング終了後は、ぜひ講演会や各コーナーにもお越しください。



他にも楽しいコーナーをご用意しております。ぜひ裏面もご確認ください!

市民健康講演会とおばね満喫ウォーキングの“お申し込み先”

尾花沢市健康増進課まで

TEL: 0237-22-1111〔受付時間: 平日9時～17時〕

✉: kenko@city.obanazawa.yamagata.jp

たくさんのコーナーをご用意しております。
見て、聞いて、体験して、楽しんでください。(申込不要)

◆◆◆各コーナーの開催時間は9:00～14:00(予定)◆◆◆

1階保健センター

受付・総合窓口(エレベーター前)

最後に来場アンケートにご協力いただくと、お楽しみ抽選があります。

キッズ ナース・消防士体験 キッズ体験

ナース、消防士コスチュームでなりきろう!ナースのお仕事体験も



AED・心肺蘇生法講習 見る 体験

もしもの時は突然やってきます。その時に備え、心肺蘇生法を学んでみませんか?

防災備蓄食展 食べる 見る 体験

備蓄食の見本展示。あなたの家の食の備え度をチャートでチェックできます。
ほかにもパッキング実演や、災害緊急車両の「JDA-DAT号」がやってきます。



健康標語掲示 見る

たくさんの力作をご覧ください。



3階

炊き出し献立の試食 食べる 見る

村山地域の食支援プロジェクトで検討した炊き出しメニューを提供します。
さらに災害時に役立つ「どんなときもレシピ集」をプレゼント。



身体のセルフメンテナンスコーナー 体験

肩、こし、ひざ等に悩みを抱える方へ!理学療法士が
日頃のメンテナンス法を紹介します。

健康測定コーナー 体験

野菜の摂取レベル、脳年齢、血管年齢測定等ができます!



健康謎解きクイズ、健康増進関連展示コーナー 体験 見る

おぼねの健康について何問解けるかな?回答者全員にプレゼントがあります。
とってもためになる展示で、健康増進♪

主催/尾花沢市・尾花沢市健康福祉推進協議会

協力/明治安田生命保険相互会社(健康増進に関する連携協定企業)、村山保健所、

一般社団法人山形県理学療法士会、尾花沢市食生活改善推進協議会、尾花沢市保健委員協議会

お問い合わせ

尾花沢市健康増進課

TEL:0237-22-1111【受付時間:平日9時～17時】

✉:kenko@city.obanazawa.yamagata.jp