



参加無料

# 松山健康福祉フェア

令和2年

# 10/24 土

## 10:00～12:00 (9:30 開場)

### 場所 松山農村環境改善センター

10時～ 健康講演会

## 「健康長寿のひけつ

### ～胃腸の元気を保つ生活習慣～

講師：松山診療所(日本海総合病院) 医師 岩本 尚太郎 氏



11時30分～ 松山いきいき体操

【ロコモ予防隊】

ロビー展示



### あなたのお家の味噌汁は適塩？

【松山地域食生活改善推進協議会】

塩分濃度の測定を行います。

ご希望の方は、みそ汁・すまし汁など汁物100ccを小瓶に入れお持ちください。

測定結果から、より健康になるための食事のコツをお伝えします。

### 赤い羽根共同募金

【社会福祉協議会松山支部】

### 元気に過ごすための介護予防用品の展示相談

【地域包括支援センターまつやま】

- 酒田・松山特産品を来場者に **プレゼント** します。
- 今年度はバス運行いたしません。ご了承ください。



## 先着 80 名

### ～新型コロナウイルス感染症対策についてのお願い～

- ① 自宅での検温とマスク着用をお願いします。
- ② 体調がすぐれない方や、2週間以内にご本人もしくは、ご家族に新型コロナウイルス感染症の流行地域との往来があった方は、念のため、参加をお控えください。
- ③ 状況によっては、やむを得ず中止になることもあります。
- ④ 水分補給は、各自で持参をお願いします。

### 要申込 10/20(火)まで

松山総合支所地域振興課

☎62-2611

FAX62-2618

FAX用紙は裏面にあります→

主催／酒田市松山総合支所、社会福祉協議会松山支部、地域包括支援センターまつやま

協賛／ロコモ予防隊、松山地域食生活改善推進協議会、おとこかれーくらぶ