

# 安曇野赤十字病院

# 健康まつい



2024

2024年10月26日(土)

9:00~13:00




東側駐車場 無料

## 健康講座 大会議室 11:00~11:45




「ロコモティブシンドロームについて」 講師 整形外科副部長 鎌仲 貴之  
「ロコモ予防体操のすすめ」 講師 理学療法士 山田 淳二

## メインステージプログラム

09:00~開会式   
09:30~和太鼓演奏(四賀虚空蔵太鼓)   
10:20~ジャズ演奏(サクソニオン)   
11:50~フラダンス(ナーリコ オ カレイヒヴァ フラストアジオ)  
12:30~津軽三味線演奏(宮澤三姉妹)  
13:00~閉会式

## お楽しみ企画


足の健康~自分の立位姿勢をみてみよう~  
骨密度測定  
ABI(動脈硬化測定)  
筋力チェック(メンズカーブス)  
認知機能チェック  
笑い文字の展示  
カメラ教室 

## 無料相談


介護相談  
もの忘れ相談  
お薬相談  
骨粗鬆症相談




## ~体験してみよう~

避難所体験  
ボッチャ体験(つむぐ広場ココクル)  
腹腔鏡手術体験  
医療機器展示&体験  
アロマルームスプレー作り体験  
憧れの看護師さん・かっこいい救護員さん体験 

## お祭り広場

スーパーボールすくい、  
ヨーヨー風船釣り  
ミニゲームチャレンジ  
鉢植え販売(南安曇農業高校)  
消防車両の展示(豊科消防署)  
赤十字奉仕団の炊き出し(カレーライス、餅つき) 

## フード販売

キッチンカー(燻製工房 KUNMARU)  
パンの販売(ル・トレフル)  
ジュースの試飲販売(ゴールドパック株) 

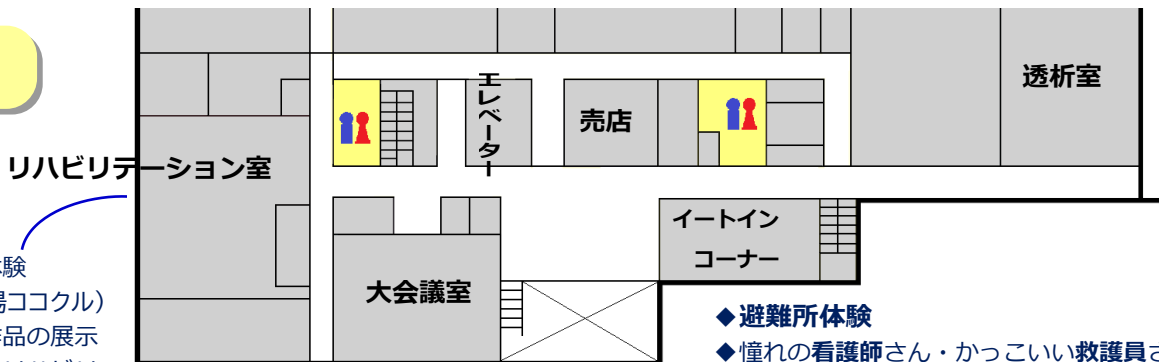


※令和6年10月8日時点の内容です。

※開場前の整理券の配布はありません。

# 会場のご案内

2F



- ◆ポッチャ体験 (つむぐ広場ココクル)
- ◆患者さん作品の展示
- ◆福祉機器、リハビリ器具展示・体験

◆アロマルームスプレー作り体験  
(9:30~10:00) (12:30~13:00)

- ◆避難所体験
- ◆憧れの看護師さん・かっこいい救護員さん体験ブース
- ◆笑い文字でお名前を書いてプレゼント

## ◆健康講座 大会議室 11:00~11:45

第1部

「ロコモティブシンドロームについて」 講師 整形外科副部長 鎌仲 貴之

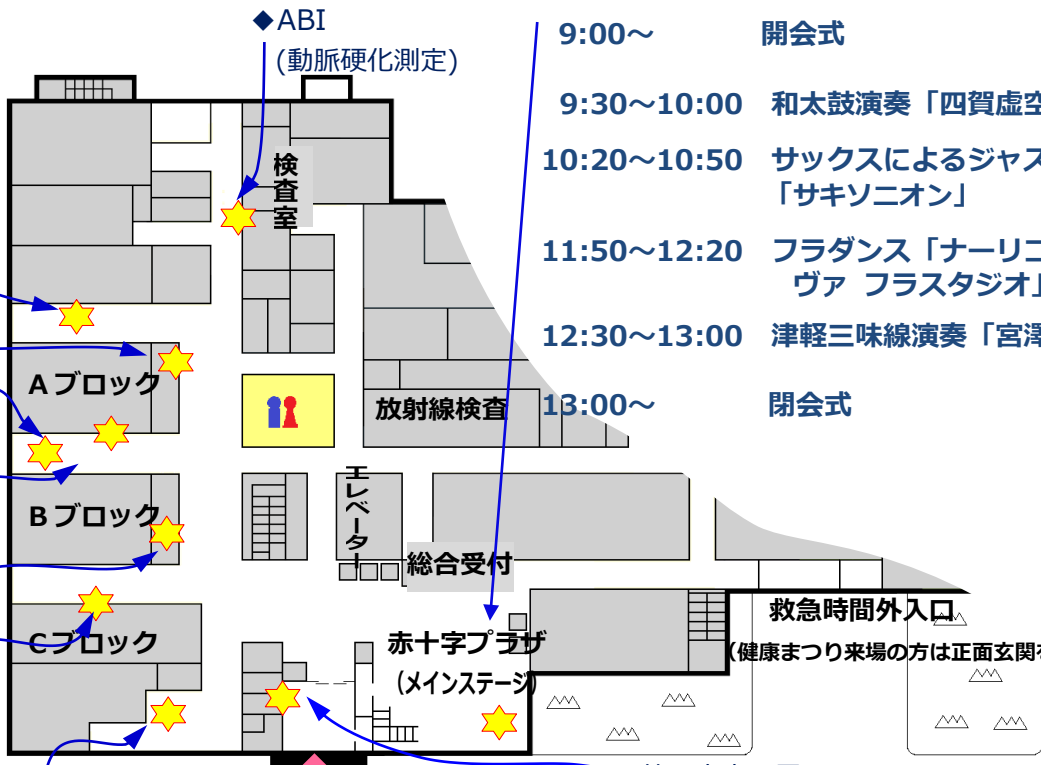
第2部

「ロコモ予防体操のすすめ」 講師 リハビリテーション科部 理学療法士 山田 淳二

※ 開場前の整理券配布はありません。

1F

- ◆骨密度測定と骨粗鬆症相談
- ◆医療機器展示 & 体験会
- ◆足の健康 自分の立位姿勢をみてみよう
- ◆血管年齢測定 筋力チェック (メンズカーブス)
- ◆腹腔鏡手術体験
- ◆介護相談 介護用品展示 認知機能チェック もの忘れ相談

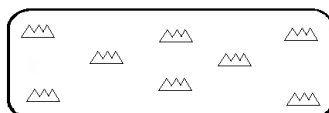


## ◆メインステージプログラム

- 9:00~ 開会式
- 9:30~10:00 和太鼓演奏「四賀虚空蔵太鼓」
- 10:20~10:50 サックスによるジャズ演奏「サキソニオン」
- 11:50~12:20 フラダンス「ナーリコ オ カレイヒヴァ フラストアジオ」
- 12:30~13:00 津軽三味線演奏「宮澤三姉妹」
- 13:00~ 閉会式

◆お薬相談  
カメラ教室

ふれあい広場  
(正面玄関前)



◆笑い文字の展示

## ふれあい広場の企画

- ◆スーパーボールすくい、ヨーヨー風船釣り
- ◆ミニゲームチャレンジ
- ◆消防車両の展示 (豊科消防署)
- ◆赤十字奉仕団の炊き出し (カレーライス、餅つき)
- ◆鉢植え販売 (南安曇農業高校)
- ◆ジュースの試飲・販売 (ゴールドパック株式会社)
- ◆バザー (音楽とひづめの会)
- ◆パンの販売 (ル・トレフル)
- ◆キッチンカー (燻製工房 KUNMARU)  
鹿ソーセージのホットドッグ、ジンジャーエール、燻製各種