

輝く女性のヘルスケア事業

輝く女性のヘルスケアセミナー

持続可能な開発目標(SDGs)の理念のもと、女性が健康な生活を送り、職場や地域で活躍するために健康づくりや健康管理を応援する事業です。

2019

11.17日

〈時間〉13:30~16:30
(開場/13:00)

〈会場〉アイアイ鯖江
健康福祉センター
鯖江市水落町2-30-1

講演 13:30~14:30 [多目的ホール]

産婦人科医 宋美玄氏 講演会

「自分のカラダを知り、
幸せな人生を送る」

聴講
無料

●宋美玄氏 (ソン・ミヒョン) プロフィール

産婦人科医 医学博士 日本周産期・新生児学会会員、日本性科学会会員
社団法人ウイメンズヘルスリテラシー協会代表理事
丸の内の森レディースクリニック医院長

1976年兵庫県神戸市生まれ。

01年 大阪大学医学部医学科卒業後同大学産婦人科入局。

10年に発売した『女医が教える本当に気持ちいいセックス』がシリーズ累計70万部突破の大ヒット、大きな注目を集める。2019年現在、フジテレビ「とくダネ!」木曜日レギュラーコメンテーターとして出演中、「カリスマ産婦人科医」として、対峙しうる限りメディアへの露出、医療監修等で、様々な女性のカラダの悩み、妊娠出産、セックスや女性の性などについて積極的に啓蒙活動を行っている。

フジテレビ
「とくダネ!」
木曜日レギュラー
コメンテーター

リラクゼーション
14:30~14:40

リラクゼーション運動
(パワーリンク)



無料

ワークショップ
14:40~16:30 [やすらぎの広場] ※お一人様各1回迄

りんごde
健康・美アップ
(野菜ソムリエ)



無料

米ぬか
玄米ティーの
試飲
(蔵カフェmon)



無料

ハーバリウムを
つくろう!
事前申込制
(花ひろ)



500円 先着30名

アロマ講座
手づくり
アロマスプレー
(アロマ プンプン)



400円 先着40名

アロマヨガ体験
(パワーリンク)



無料

お問い合わせ
(ハーバリウム事前申込・託児予約)

鯖江市健康福祉部健康づくり課 ☎0778-52-1138
福井県鯖江市水落町2-30-1 (平日8:30~17:15)

★当日、託児ございます
(事前予約制 11/11(月)迄)

輝く女性のヘルスケア事業(SDGs)

女性のための女性による 女性輝き健診day

健診 *plus* 6

2019.11.24 [SUN]

アイアイ鯖江

通常の健康診査・がん検診に加え、
女性の健康をテーマに様々なコーナーを設けた、
イベント健診dayを行います。

女性輝き健診

健診内容

- ・特定健診
- ・骨密度測定
- ・肝炎ウイルス検診
- ・子宮頸がん検診
- ・ピロリ菌抗体検査
- ・大腸がん検診
- ・歯周疾患検診
- ・肺がん検診

【受付】

健診等 (8:30~10:00)
がん検診 (8:30~9:45)

【お持ちいただく物】

受診券(またはクーポン券)
健康保険証
自己負担金

健診等は
事前予約が
必要です



★健康診査・がん検診の医師や技師は、すべて女性です!

上記の「女性輝き健診」を
受診された方には さらに *plus* **+6** っのご体験! 【受付】8:30~12:00 **体験無料**

1 健康づくり加盟店が
輝くあなたの美と健康をお手伝い!

フラワーアレンジメント体験

材料費300円 先着50名様
協力:ギフトCARINA



季節の上生菓子作り体験

協力:菓子処 安価堂 先着50名様



お肌の健康診断

協力:コスメティックス美香



アロマヨガでリラックス!

アロマヨガ体験コーナー

集団指導/1回15分程度
(数人集まり次第開始)

協力:パワーリンク



2 気軽に健康チェック!

健康チェックコーナー

- ・血管年齢測定
- ・運動機能測定
- ・認知機能測定



協力:明治安田生命保険相互会社
明治安田厚生事業団
明治安田健康開発財団

5 症状に気付きにくい
腎臓を簡単チェック!

生活習慣病予防コーナー

- ・血圧測定
- ・尿検査
- ・ヘモグロビン測定
- ・骨密度測定
- ・保健師による結果の説明・相談



協力:株式会社ファイネス

3 めがねのまちの

目のけんこう体操コーナー

・ビジョンインストラクターによる
「目のけんこう体操」

・Vトレーニングを使った
「眼のトレーニング体験」など

協力:NPO『みるみえる』



6 美味しく、楽しく野菜を食べて、
からだの中から健康に!

野菜を 1皿プラスで健康食

・野菜レシビの試食
メニュー:「キャベツsabaトマト」他2品

協力:鯖江市食生活改善推進員



お問い合わせ
(健診・託児予約)

鯖江市健康福祉部健康づくり課 ☎0778-52-1138
福井県鯖江市水落町2-30-1 (平日8:30~17:15)

★当日、託児ございます
↳事前予約制 11/11(月)迄