

# 2023 さばえ 食と健康・福祉フェア

【日時】令和5年9月24日(日)10:00~15:00 【会場】アル・プラザ鯖江

## 鯖江市健康づくり課

- # 骨密度測定・薬剤師による結果説明  
協力：鯖丹地域薬剤師会、株式会社ファイネス
- # 大人の健康づくり  
特定健診・がん検診を受けよう！
- # 親と子の健康づくりについて
- # これからも感染症対策！  
コロナワクチンも忘れないで！

結核予防・  
複十字シール運動&  
クイズに挑戦！

ビジョントレーニングを  
体験しよう！

## 鯖江市愛育会

健康ってしあわせ体操の紹介  
① 10:40~ ③ 13:40~  
② 11:40~ (1回5分)

## 目の健康づくりPR

目の体操・ビジョントレーニング体験  
① 10:30~ ④ 13:30~  
② 11:30~ ⑤ 14:30~  
③ 12:30~ (1回5分)

1日の食塩目標量を  
知っていますか？

## 食生活改善推進委員会

減塩PR活動をしています！

～ゲートキーパー・ザ・カーちゃんズ～

## 心の健康づくり

こころと体をゆるめる  
体操の紹介  
① 11:00~ ② 13:00~

## 鯖江市社会福祉課

# 鯖江市赤十字奉仕団  
▶ 献血

## 障害者福祉施設による物品販売

01

ハートオブマインド  
#クッキー #バームクーヘン  
#オクラを使用したスープ

02

光道園  
#陶器

03

福授園  
#アクセサリー、雑貨

## 鯖江市農林政策課

- # 野菜ソムリエが教える、  
家計応援！野菜のマル得情報  
鯖江のさまざまな野菜の紹介をします。  
クイズもあるよ！  
参加者には、野菜にちなんだ  
参加賞をプレゼント！！

## 鯖江市長寿福祉課

### 高齢者の健康づくり・介護予防

- # 元気なうちから介護予防  
基本チェックリストで自己点検！
- # 脳の健康チェック  
1分で気軽に脳の健康診断

協力：明治安田生命保険相互会社

## バルーンアート であそぼう！

① 11:00~  
② 14:00~



出張！

マイナンバーカードの申請を受け付けます！  
写真撮影無料！  
通知カード、本人確認書類2点、住基カード  
(持っている方のみ)をお持ちください。

【主催】鯖江市 【共催】株式会社平和堂 アル・プラザ鯖江

【問合先】鯖江市健康づくり課 ☎0778-52-1138

