

# おおむら健康・福祉まつり

## 健康寿命を延ばしましょう！

～おおむらのみんなで支える 認知症～

11月15日(日)

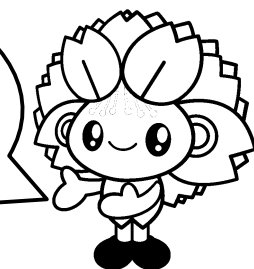
シーハットおおむら

10:00～15:00

同日開催！！

保育フェア「ちびっこ夢ひろば2015」

スタンプラリーで  
景品をGETしよう！



### メインアリーナ ステージイベント

・開会～表彰式 10:00～10:30

◎お口の健康・図画・ポスターコンクール入賞者

◎8020コンテスト優秀者

・長崎大学中垣内准教授のスクエアステップ講座

①10:45～11:15 ②13:20～13:50

・コンサート 11:20～11:50

OPEN3～音楽でつながる～

◎全盲のヴァイオリニスト 穴澤雄介  
野田正純（ピアニスト）

・もちまき ①11:55～12:05 ②13:55～14:05

・親子でリズム遊び ①12:10～12:30 ②14:10～14:30

・ねんりんピックPR 12:35～12:50

・アブナイカモダンス 12:55～13:15

・アンパンマンと踊ろう 14:30～15:00

### 認知症特別企画コーナー コミセン大会議室

◇人生ノートの書き方講座10:20～11:30

定員150名 受講料無

料

◇大村市在宅ケアセミナー市民公開講座

笑って学ぼう 落語で知る成年後見制度  
～もうこれで安心♪～

13:00～15:00(開場12:30) 定員200

名

講師：桂 ひな太郎 師匠

◇認知症相談コーナー

◇福祉機器展示コーナー

### サブアリーナ 体験・参加コー

ナ

- ・体力測定
- ・スクエアステップ体験
- ・エクササイズ用ボールや
- ゲームを使った運動

随時  
実施中！

・肩こりに効くリラックスヨガ（各20分）

①10:30 ②11:30 ③13:00 ④14:00

### 協会けんぽコーナー

COPD（肺年齢）検査 ※ 定員120名

### 健康ウォーキング ※雨天中止

2kmコース 4kmコース

10:00スタート（受付 9:45～10:00）

受付：健康づくり推進員コーナー

申込：国保けんこう課（内線140、141）

### ノルディックウォーキング体験

※各回先着15名

ko kom※ 各回先着15名

受付：サブアリーナ前ロビー（開始前30分前～）

①11:00 ②12:20 ③13:30（各30分）

主催：健康・福祉まつり実行委員会  
共催：全国健康保険協会 長崎支部（協会けんぽ）

■問合せ：健康・福祉まつり実行委員会事務局  
大村市国保けんこう課 Tel.53-4111(152)