

第2回

けんこうさい

# いず☆ちゅう健幸祭

おとなも、子どもも  
障害のある方も、ない方も  
みんなで参加してね！

## 日時

平成26年

11月15日(土)

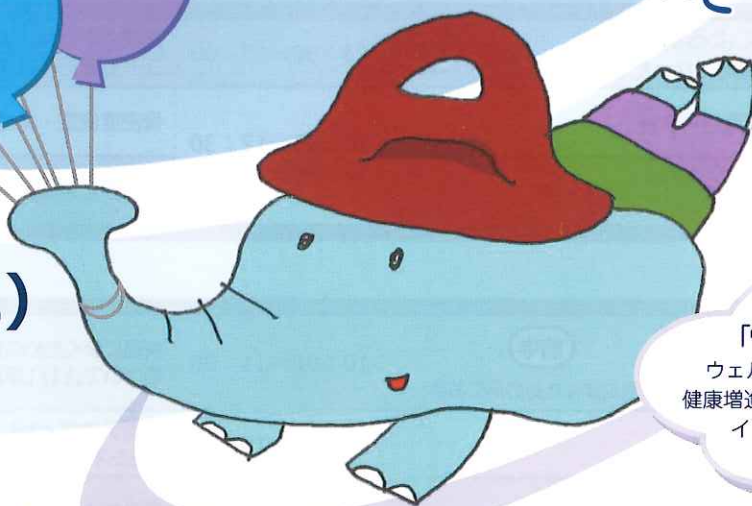
9:30~15:30

## 会場

仙台市健康増進センター

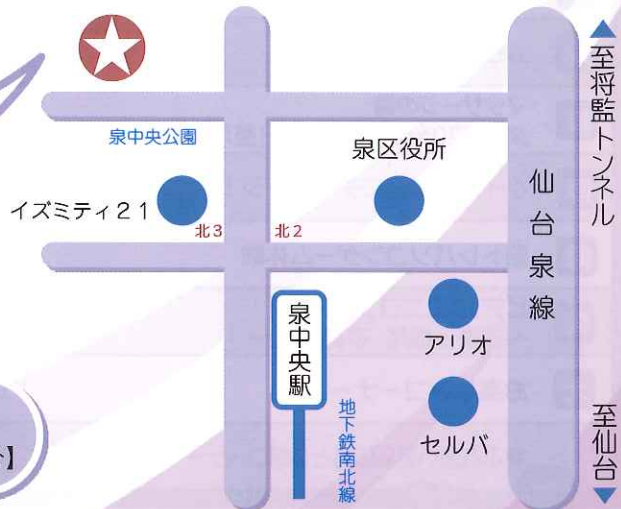
仙台市障害者総合支援センター

「ウエルぞうくん」  
ウエルフェアの“ウエル”と  
健康増進の“ぞう”から生まれた  
イメージキャラクター



仙台市泉区泉中央2-24-1

【地下鉄泉中央駅から北3出口徒歩8分】



主催：仙台市障害者総合支援センター・仙台市健康増進センター・仙台市発達相談支援センター

共催：仙台市精神保健福祉総合センター

協力：STTいずみ、(株)スペースケア、スポーツクラブネサンス泉中央、(公財)仙台市フィンランド健康福祉センター、仙台市障害者スポーツ協会、(一社)仙台市薬剤師会、仙台大学、(株)仙台放送、(株)TESS、日本障害者ピアノ指導者研究会宮城支部、(公財)日本盲導犬協会仙台訓練センター、ひかりおもちゃ図書館、マッサージ・トリプルリッチ、ユウプラン(有)、(株)ゆらリズム、レストラン冠 <50音順>

# 各階イベントのご案内

カエルぞうくんを探そう!

ほくを見つけて  
スタンプをあつめてね!  
景品がもらえるよ



**申** 事前に申し込みが可能です。当日は先着順。定員になり次第受付は終了します。

**前申** 事前に申し込みが必要です。詳細は各センターへ、お問い合わせください。

## 3階

<b>健</b>	ゲームで遊ぼう☆	9:30~15:30	電子ドラムや脳トレゲームもあるよ。大人も子どもも楽しめま〜す!
<b>健</b>	足こぎ車いすでチャレンジ! タイムトライアル	9:30~15:30	小さなお子様用車いすも用意しました。ゲームを12時~13時に行います。
<b>健</b>	シニアステップアップ運動教室 <b>申</b>	①10:00~11:00 ②14:00~15:00	音楽に合わせて楽しく身体を動かしましょう。筋力アップ! 体力アップ!
<b>健</b>	ロコモティブシンドローム (運動器症候群) 予防運動教室 <b>申</b>	①11:00~12:00 ②13:00~14:00	毎日をイキイキ活動的に暮らすための運動です。健康寿命を延ばしましょう!
<b>健</b>	楽器de発声エクササイズ <b>申</b>	①12:15~12:45 ②14:15~14:45	楽器を用いたエクササイズと健康ボイストレーニング。音楽でHappy♪
<b>健</b>	シナプソロジー <b>申</b>	①11:30~12:00 ②13:30~14:00	「見る」「聴く」「触れる」様々な刺激で脳を活性化するプログラムです。

## 2階

<b>障</b>	大野更紗氏による講演会 「ある日突然難病になった私が考えたこと」 <b>前申</b>	13:00~15:00	作家であり難病当事者である大野更紗氏の講演です。ユーモアあふれるお話をお楽しみ下さい。
<b>健</b>	健康づくり測定コーナー	10:00~12:30 13:30~15:30	骨密度測定・体成分分析測定・肺機能検査の体験。
<b>健</b>	お薬相談会		まちかど相談薬局開店。お薬手帳をご持参ください。

## 1階

<b>健</b>	東北大学病院形成外科科長 館正弘教授 講演会 「健康づくりは足元から~元気に歩くための足のお話~」 <b>前申</b>	10:00~11:30	快適に歩くための日頃の足のケアと、治療が必要な症状について。11/1申込締切、抽選。
<b>障</b>	盲導犬がやってくる	10:00~15:00	盲導犬のことがいろいろわかるよ! デモンストレーション: ①11時~②13時半~
<b>障</b>	サウンドテーブルテニス体験 (視覚に障害のある方の卓球)	9:30~11:15 12:30~15:30	耳をたよりに音の出るボールを打ってみよう!
<b>障</b>	空飛ぶおもちゃを創ってみよう	9:30~15:30	ユニバーサルデザインの道具を使って、工作しよう!
<b>障</b>	おもちゃ広場	9:30~15:30	目や耳の不自由な方も楽しめる共遊玩具と一緒に遊ぼう!
<b>障</b>	マッサージの館 ※1回20分500円 (当日整理券あり)	9:30~15:30	あん摩マッサージ指圧師 (厚生労働大臣免許) が、低料金で心と体を癒します◎
<b>障</b>	クイズラリーにチャレンジ!	9:30~15:30	みんなで参加してね! プレゼントがもらえるよ。
<b>障</b>	脳トレパソコンゲーム体験	9:30~15:30	脳トレパソコンソフト「高次脳機能バランサー」を体験してみよう!
<b>障</b>	ピアノ ミニコンサート ~演奏: 横尾 奈穂子氏~	11:45~12:15	心のもった音楽をぜひお聴きください♪ 演奏曲は月光ソナタ (ベートーヴェン) 他
<b>北</b>	お楽しみコーナー	10:30~15:00	ほっとすべーす歩°歩°によるお楽しみコーナーで遊ぼう♪ オニたおしもあるよ!
	♥ふれあい製品販売と休憩コーナー ♥	9:30~15:30	パンやおにぎりなど、ふれあい製品をそろえてお待ちしております♪



“わたあめ”が  
無料でもらえるよ!  
遊びにきてね

## お申込み・お問合せ

<b>健</b>	仙台市健康増進センター	☎ 022-374-6661
<b>障</b>	仙台市障害者総合支援センター	☎ 022-771-6511
<b>北</b>	仙台市北部発達相談支援センター	☎ 022-375-0110