

# 第36回 市民の健康まつり

と き 令和5年7月9日(日) 10:00～16:00

ところ ヒロロ (弘前市駅前町9-20)

3階 ヒロロスクエア (児童入賞作品展示は13日(木) 正午まで開催)

4階 市民文化交流館ホール

今年のテーマ：めざそうよ 健幸ながいき 健康都市弘前

令和4年度 市民の健康まつり 川柳・俳句の部【大賞】

健康な 君の笑顔は 百億点!!

弘前市立岩木小学校 細田 心晴 (ほそだ こはる)



4階 市民文化交流館ホール

## 児童ポスター、川柳・俳句作品展 入賞者表彰式

開催時間：10:30～11:30

一般来場者受付時間 12:00～12:30

## 「弘前市健康づくり表彰」表彰式

開催時間 12:30～12:50

## 特別講演会

### 「短命県返上活動が 教えるもの」

国立大学法人弘前大学大学院  
医学研究科社会医学講座

特任教授 中路 重之 氏

開催時間  
13:00～14:00



令和4年度 市民の健康まつり ポスターの部【大賞】  
弘前市立船沢小学校 對馬 煌葉 (つしま きらり)

## 歯と口の健康に関するパネル展

対象：一般市民

会場：4階 市民文化交流館ホール

公開時間：午前10時～午後2時



3階 ヒロロスクエア

### 測定コーナー

- ★運動機能チェック
- ★自己血糖検査
- ★骨密度測定
- ★血中酸素濃度測定
- ★野菜摂取量測定
- ★体組成・血管年齢測定 等

### 相談コーナー

- ★お薬相談
- ★栄養・食事相談
- ★リハビリ相談
- ★妊婦相談
- ★発達相談 等

### 体験コーナー

- ★AED実技体験
- ★薬剤師体験
- ★小児の心音聴取体験
- ★健口体操体験 等

### その他いろいろ

- ★児童ポスター、川柳・俳句入賞作品展示 13日(木)
- ★弘前市健康づくり表彰 受賞団体紹介 正午まで

- ★クイズラリー(参加賞贈呈)
- ★健康に関する本の展示・貸出 等

※コーナーの混雑状況により入場制限をする場合がありますので、予めご了承ください。

## お車で来場される方へ

ヒロロ駐車場、弘前駅中央口駐車場、弘前駅城東口駐車場は、ヒロロ3階ヒロロスクエアの市民文化交流館事務室等で駐車券の認証を受けると3時間無料となります。

なお、駐車台数が限られていますので、できるだけ公共交通機関をご利用くださるようお願いいたします。

【主催】弘前市・(一社)弘前市医師会

【共催】(一社)弘前歯科医師会・(一社)弘前薬剤師会

【後援】弘前市町会連合会

【協力】(一社)青森県臨床検査技師会中弘南黒支部  
(一社)青森県歯科技工士会弘前地区  
(一社)青森県助産師会  
弘前市食生活改善推進委員会

(一社)青森県言語聴覚士会弘前支部  
(一社)青森県作業療法士会  
(一社)青森県理学療法士会津軽支部  
弘前地区消防事務組合

(一社)青森県歯科衛生士会弘前支部  
(公社)青森県診療放射線技師会  
(公社)青森県栄養士会弘前地区会  
明治安田生命保険相互会社青森支社

【問い合わせ先】弘前市健康増進課(弘前総合保健センター内) TEL:0172-37-3750

～健康都市弘前の実現に向けて～  
《みんなで実践!》

運動!

あと10分、今より多く体を動かそう

食事!

あと50g、ベジファーストで野菜を  
食べよう

健診!

年1回、健診(検診)を受けよう