第３１回　川越市

健康まつり

☆ぴんぴんきらり☆みんなでめざそう、健康寿命日本一！

2017

10/29(日)

10:00～15:00

・開会式　９：４０から

会場　ウェスタ川越

（１階 多目的ホール　２階 会議室・活動室）

全コーナー無料！

健康に関する、楽しいコーナーが盛り沢山！是非お越しください！

体　験

血管年齢チェック

体力測定（握力・長座体前屈・片足立ち）

手先を使った脳トレ

楽らくリズム体操

フッ素塗布・洗口、歯科健診、歯みがき指導

妊婦体験、子宮体験、ﾘﾌﾚｸｿﾛｼﾞｰ

はり・きゅう体験　接骨体験

親子で参加

かけっこが簡単に速くなる教室

※詳細は裏面を御覧ください。

お弁当詰め体験

（フェルト製の具材をバランスよく詰める体験）

おはしの持ち方チェック

乳児の身長体重測定

ゲームの広場

こども調剤体験

相　談

血糖値　栄養

歯科　くすり

筋肉・関節の痛み

はり・きゅう

子育て

展　示

１日分の野菜の必要量

ラジオ体操マップ

医療画像展

健康じまんポスター

「わが町のお元気さん」

苗木配布（ブルーベリー）

自治会連合会主催

時　間：午前１１時から

配布数：１００本

（１家族１本まで）

場　所：交流広場

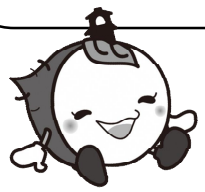
今年も開催！合同スタンプラリー

川越市社会福祉協議会　**福祉の市**

ウニクス川越　**にぎわいマルシェ**

屋外の交流広場では、多くのテントで農産物や雑貨などの販売があります。

また、スタンプラリーに参加すると、**ガラポン抽選**にチャレンジできます。



川越市マスコットキャラクター
ときも

「記念品」の配布がありますので、マイバッグをご持参ください。ゴミはお持ち帰りください。

主催：川越市　主管：川越市健康まつり実行委員会

問い合わせ先：川越市健康づくり支援課　（住所：川越市小ケ谷 817－1　総合保健センター内）

TEL.049-229-4121　FAX.049-225-1291　http://www.city.kawagoe.saitama.jp/

親子で一緒に！かけっこが簡単に速くなるコツ教室★

運動会やマラソン大会に向け、かけっこが簡単に速くなるコツ・持久力をつけるコツを短時間で伝授します。　是非、親子で御参加ください！

★ 対 象 ★

年長～小学校低学年の子とその保護者

★ タイムスケジュール ★

第1回目	10:30～11:10
第2回目	11:30～12:10
第3回目	13:00～13:40
第4回目	14:00～14:40

～教室についての御案内～

◎ 会場「ウェスタ川越２階　活動室１」

◎ 各回、先着 15 組です。

◎ **各回、30 分前に整理券を配布します。**

（配布場所：活動室１　入り口脇）

◎ 動きやすい服装、運動靴でお越しください。

◎ 飲み物・タオルをお持ちください。

★ 先生の紹介 ★

日本マスターズ陸上　M25（25 歳～29 歳の部）

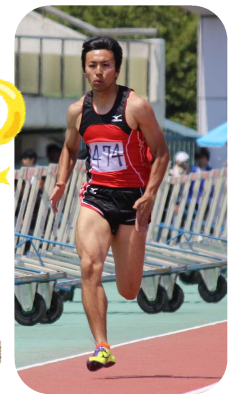
100m　現日本記録保持者

やまざき　じゅんぺい
山﨑　淳平　先生

城西川越中学校

城西大学付属川越高等学校

教諭　陸上競技部監督



交通アクセスのご案内

ウェスタ川越所在地：
川越市新宿町 1-17-17

■JR 川越線、東武東上線「川越駅」西口より徒歩５分

■西武新宿線「本川越駅」より徒歩約 15 分

＜本川越駅よりバスをご利用の場合＞

●西武バス乗り場　①番

・新所 02、本 55 系統「川越駅西口」下車　徒歩５分

・本 53、本 54 系統「ウェスタ川越前」下車　すぐ

●西武バス乗り場　②番

・川越 35、川越 35-1 系統

「ウェスタ川越前」下車　すぐ

ウェスタ川越の駐車場は、混雑が予想されます。

なるべく公共交通機関をご利用ください。