

参加無料

石垣市健康福祉まつり 障がい者週間・市民のつどい

第26回

第35回

2015

12月6日日 9:00~16:00
石垣市健康福祉センター



講演会

集団検診ホール
13:00~16:00

参加者
募集中

お申し込みは ☎88-0088
健康福祉まつり事務局まで

健康づくりウォーキング
満喫コース! おさんぽコース!

笑って笑って元気いっぱい!!

笑いヨガ、笑う健康体操です。赤ちゃんからすべての方々に。

心と体の健康法 誰にでも簡単ヨガ療法
呼吸法中心の誰でも気軽に参加できる優しいヨガです。



健康福祉まつり
イベント
集団検診ホール

12月5日土

開場/12:30

開演/12:45~16:00

いちばん大切な人と、いちばん大切なこと、学んでみませんか

～いのちの授業～

第1部
聴者の立場より

『必要とされるときに、生きているという実感が』
黒島 富士子 氏(やえやまがん患者支援会)

第2部
医師の立場より

『終わりがあから愛おしい、大切な一日一日を生きる』
栗山 登至 氏(サマリヤ人病院 医師)

『がん・神経難病の患者さんから学んだこと』
石川 清司 氏(国立病院機構沖縄病院 医師)



わくわく生きるを支えたい
～認知症の人とともにクラスまちづくり～

講師/池田 武俊(大牟田市保健福祉部調整監)



Advanced Care Planning
大切な最後の時期をどう迎えるか?

講師/瀬尾 卓司(沖縄県立八重山病院)



「健口生活・延ばそう健康寿命」
～こんなにも関係があった口と全身～

講師/砂川 和徳(八重山地区歯科医師会)

健康づくりウォーキング

国保・後期高齢についてもっと知ろう!
来で見て知ろう! 自分のからだ!

ちゃーがんじゅうアワー おおらが生活
ヘルシー料理の試食会と簡単クッキング
大丈夫?私の食事!

有酸素運動を体験!
トレーニング室
無料開放

ふれ愛バザー
芝生広場
9:30~16:00

オープニングセレモニー

県内初(石垣市)の
介助犬のご紹介

芝生広場
9:00~9:30



口の健診、治療相談
歯とお口の健康相談コーナー
♡ホット♡するタッチセラピー
目で見て聞いてサロン!

ハンセン病啓発パネル展

あなたはいい酒?悪い酒?
～Let's健康おきなわ21～

自分のため、大切な人のため、知ろうエイズ
あなたの♡こころお元気ですか?うつ病自己チェック

理学療法フェア

体幹と姿勢とノルディックウォーキング!

今年のメインは骨密度! あなたの骨大丈夫?

集まれチビっ子、調剤体験!

がんピアキャラバンIN石垣島

お問い合わせ先

石垣市健康福祉まつり実行委員会事務局
石垣市健康福祉センター ☎88-0088

障がい者週間・市民のつどい催し物

ふれ愛ステージ

フライングディスク大会

手話体験 音訳体験

第3回 八重山地区障がい者美術展

活動紹介コーナー

福祉機器展示・お試しコーナー

福祉体験スタンプラリー

みんなで広げよう子育ての輪

ちびっこわくわく遊びコーナー

お問い合わせ先

障がい者週間・市民のつどい事務局
石垣市福祉部障がい福祉課 ☎82-9947