

第28回

令和元年度南区健康福祉まつり



なん

いきいきふれあい

南なんデー

入場
無料

令和元年

10/6日 雨天決行、荒天中止
10:00~14:00

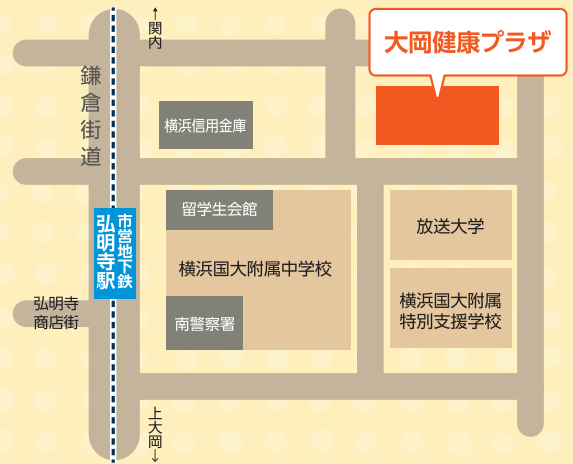
会場

大岡健康プラザ

(南スポーツセンター、大岡地区センター、大岡地域ケアプラザ)
※駐車場はございません。車でのご来場はご遠慮ください。

交通

横浜市営地下鉄「弘明寺駅」1番出口 徒歩5分
京浜急行線「弘明寺駅」徒歩15分
横浜市営バス・神奈川中央交通バス「弘明寺」徒歩5分



いきいきふれあい南なんデーは、健康・福祉を基本テーマにしたおまつりです。楽しく学べる体験型のブースを通して、自分の身体について向き合う1日にしてみませんか？

健康に関する 悩みを解決！

医師等による健康相談、
もの忘れ測定、
肺年齢測定、体力・健康測定、
骨密度測定、禁煙相談 など

10:00~ 開会セレモニー

南区マスコットキャラクター
みなっちも来るよ！

横浜総合高校
ボランティア部
うた部

横浜商業高校
茶道部

13:30頃 じゃんけん大会

横浜F・マリノス マスコット
キャラクター マリノスケも登場！

在宅医療情報講演会

最新の在宅医療情報を提供
※来場者に「もしも手帳」を配布
※「出張在宅医療相談室」開催

商店街朝市 同時開催！！

区内商店街の
自慢の品が集結！！

南区区連会承認第14号 掲示期間10月7日(月)まで

主催：南区民まつり運営委員会
運営：いきいきふれあい南なんデー実行委員会

お問合せ

南区役所福祉保健課 ☎045-341-1182
※当日の開催問合せ 横浜市コールセンター ☎045-664-2525
(8:00~)

南区：医師会、歯科医師会、薬剤師会、連合町内会長連絡協議会、獣医師会、婦人部連絡会、
食品衛生協会、生活衛生協議会、商店街連合会、保健活動推進委員会、食生活等改善推進委員会、
社会福祉協議会、民生委員児童委員協議会、老人クラブ連合会、障がい児者団体連絡会、
スポーツ推進委員連絡協議会、よこはま緑の推進団体連絡協議会、ボランティア連絡会、
消防署、区役所

協賛／南区医師会、南区歯科医師会、南区薬剤師会、南区獣医師会、
南区社会福祉協議会
協力／横浜市南スポーツセンター、横浜市大岡地区センター、
横浜市大岡地域ケアプラザ、横浜F・マリノス、
横浜国立大学教育学部附属横浜中学校、放送大学神奈川学習センター

なん 南 なんデー

いきいきふれあい

スケジュール

日時 10/6(日) 10:00~14:00

会場 大岡健康プラザ

開会セレモニー ▶ 10:00~10:20 第1体育室

3階

- ロビー(3階)**
- 横浜商業高校茶道部 ▶ 10:00~12:00
 - 横浜総合高校うた部 ▶ 13:00~14:00

- レクホール**
- 南区介護予防 お元気で21健診 ▶ 受付/11:00まで
おおむね65歳以上の方 室内シューズをご持参ください
 - ふれあいシルバー社交ダンス ▶ 13:00~14:00



2階

- 第2体育室** ■ さわやかスポーツ体験
~いつでも・どこでも・誰にでも楽しめる!~
輪投げ、ポッチャ、シャフルボード、ラダーゲッター、
グラウンド・ゴルフ等 室内シューズをご持参ください
- 第3体育室**
- 親子でチャレンジ『いま何歳?』 ▶ 受付/13:30まで
・簡易体力測定(長座体前屈・握力など)と結果のアドバイス
・特定健康診査PR 室内シューズをご持参ください
 - じゃんけん大会 ▶ 13:30頃
横浜F・マリノス マスコット
キャラクター マリノスケも登場!



© Y.F.MARINOS / SCBF

- 小会議室** ■ 「災害時の食」~災害時でも3食しっかり食べよう~
一品料理、一食献立、試食、ポスター展示
- 大会議室** ■ 医師による健康相談・血圧測定・肺年齢測定・もの忘れ測定
肺年齢測定…定員60名/もの忘れ測定…定員70名程度
※内容ごとに整理券・受付終了時間あり
- 歯科医師による歯科相談・ブラッシング指導・口臭測定・義歯クリーニング
※口臭測定、義歯クリーニングは先着100名
- 薬剤師による骨密度測定・肌うるおい度チェック・禁煙相談・お薬相談
▶ 受付/13:30まで
- 中会議室** ■ 在宅医療情報講演会 ※12:30~13:00
出張在宅医療相談室 開催
- ①「もしも手帳」について 南永田診療所 水谷隆史先生 [11:00~11:20]
 - ②在宅医療のABC 下田医院 中村俊彦先生 [11:30~11:50]
 - ③認知症初期集中支援チーム 佐藤病院 竹内幸子看護部長 [13:10~13:30]

1階 & 屋外

- トレーニング室**
- トレーニングマシンを体験しよう!
▶ 20:00まで トレーニング室の無料開放
[トレーニングウェア、室内シューズをご持参ください]
※小学生以下は保護者同伴(使用機器の制限あり)
 - 研修室** ■ 福祉保健スタンプラリー
地域福祉保健計画と地域ケアプラザ・
地域包括支援センターの取組を紹介します!

- ロビー(1階)**
- 災害時の動物同行避難
実演 ワイシャツの仕上げ、
クリーニングなんでも相談
 - アイロンの鉄人
 - 住まいの衛生インフォメーション
 - 赤い羽根共同募金
 - 行政相談 (困ったら一人で悩まず行政相談)

- 屋外・ピロティ**
- ふれあいバザー
お好み焼/焼きいも/大判焼
クッキー/パウンドケーキ/綿菓子
和菓子/お茶/ジュース ほか
 - 横浜総合高校ボランティア部 震災復興応援
 - 花苗等の配布、みどりの募金 (配布物がなくなり次第終了)
 - 人と動物とのふれあいクラブぬくぬく・ボランティア活動紹介 ▶ 受付/13:30まで
 - ごみの分別相談とフードドライブ・リユース文庫受け入れ窓口

- 第1体育室**
- 子育てスポットまるわかり! & 親子で作ってあそぼう♪
 - ほいくえんの広場 ▶ 受付/13:45まで
 - エコして遊ぼう 手作りおもちゃ ▶ 受付/13:45まで
 - 救急隊員が教える けがの予防対策と応急手当
 - 災害に備えて! ~災害ボランティアネットワークの活動紹介~
 - 福祉体験コーナー 車椅子・歩行誘導・手話・点字の体験
 - “知らせ・知り合い・つながろう” ~知ってください 障がいの人~
 - ふれあいバザー 自主作品、リサイクル品ほか
 - あなたの健康力チェック! & 健康情報コーナー
・健康測定会(血管年齢等) ▶ 受付/12:30まで
よこはまウォーキングポイント歩数計をお持ちの参加者には
歩数計用電池プレゼント(先着150名)

- ボランティアコーナー**
- 食品衛生情報コーナー ・パネル展示・相談コーナー
 - コーヒーの入れ方 (午前1回/午後1回) 各回10名程度

がんばろう!
相馬シラス じゃこ丸販売

屋外(駐車場) 商店街朝市 同時開催!!

※天候や状況により、変更となる催し物もあります。※時間記載のない催し物は10:00~14:00で行いますが、状況により変更になることもあります。