



はまって・かだって・健康を学ぼう！

生出地区 健康まつり



2024年 9月19日(木)

時間

14:00～16:00

会場

生出地区コミュニティセンター
陸前高田市矢作町字二田野36番地6

タイムスケジュール

【講演】 「血圧と脈拍のお話」

県立高田病院

参与・医師 鍵山 裕 氏

【体験】 「簡単にできるストレッチ」

県立高田病院

理学療法士 菊池 萌々華 氏

各種測定で自身の状態を
確認してみよう！健康情
報盛りだくさんです♪



14:00
～15:00

各種測定会

- ◆インボディ（体組成）
- ◆血管年齢
- ◆ベジメータ®（摂取野菜量）
- ◆骨密度測定

ブース出展

- ◆食生活チェックコーナー
- ◆未来かなえネット
- ◆陸前高田青年会議所
- ◆劇団ばばばDVD上映
- ◆フードライブ受付窓口※
（社会福祉協議会）

15:00

開会・挨拶

県立高田病院

健康講話・ストレッチ

16:00

閉会

※ご家庭に余っている食料品の寄付にご協力ください

健康文化都市推進事業

はまってかだってつながって～みんなで輝く陸前高田～

主催：陸前高田市健康づくり推進協議会、陸前高田市

協力：生出地区コミュニティ推進協議会

【問合せ】

陸前高田市高田町字下和野100番地

陸前高田市 福祉部 保健課

TEL：0192-54-2111（内線234）