

岐阜県総合医療センター 健康祭2015

テーマ:食と健康—知ろう、ためそう!
日々の食事から栄養治療まで



日時:平成27年11月14日(土) 12:00~16:00
場所:岐阜県総合医療センター 情報交流棟3階ほか

参加費無料
どなたでも
参加できます

知ろう

- “健康は食事から”食生活応援隊!
・病気と食事
・子どもや高齢者の食事
・災害時の備蓄食
- きずなを深める母乳育児
- 薬と食事について
・お薬と食物の食べ合わせ、飲み合わせ
・医療で使う栄養剤の紹介
- 相談してみよう
・お薬相談、栄養相談、母乳育児相談

試食も
あります

ためそう

- あなたもできる!ごっくん体操!
あなたもわかる!ごっくん料理!
- 食は口から
~美味しく食べるためのお口の健康~
・ドライマウスチェックの体験
・口腔ケア用品の紹介
- 体いきいき!
ロコモティブシンドロームを防ごう
- 測ってみよう
・血管年齢、骨密度、体組成計、身長、血圧… 結果説明もあります

●「健康弁当」
11時から院内レストランで
販売(500円)



川柳大会 食と健康をテーマにした作品を募集します (10月30日まで)
優秀作品は当日展示します

ミニレクチャー



応募・申込はこちら

http://www.gifu-hp.jp/kenko_fes_2015/ QRコードから

- | | |
|--------------------------------------|---------------|
| ① 医食同源 — 日々の食事から新しい栄養治療まで — | 12:10 ~ 12:30 |
| ② くすりの知識 — 食べ物との相性 — | 12:40 ~ 13:00 |
| ③ お口の健康と安全に美味しく食べるためのコツ | 13:10 ~ 13:30 |
| ④ 血管をしなやかに — 脂質選びのポイント — | 13:40 ~ 14:00 |
| ⑤ 血糖コントロールで腎臓を守ろう | 14:10 ~ 14:30 |
| ⑥ アルコールとの上手な付き合い方 | 14:40 ~ 15:00 |
| ⑦ 骨は生きている。骨いきいき!
ロコモティブシンドロームを防ごう | 15:10 ~ 15:30 |
| ⑧ 正しく理解しよう。食物アレルギーの基礎知識 | 15:40 ~ 16:00 |

●楽市JAZZ楽団コンサート ●スタンプラリーで景品プレゼント

みなもも来るよ



お問合せ先: 058-246-1111(内線 5525) 総務課管理調整担当