

日 11月9日(日) 午前10時～午後3時  
場 保健センター

- 内 ○介護予防講演会 (13:30～15:00)  
講師=三遊亭吉窓師匠、演題「笑う八潮に福きたる」
- 試食コーナー『おいしく食べて、元気に!』(11:45～14:00)  
小松菜入り豚汁、こまちゃん饅頭、きのこの混ぜご飯、小松菜のじゃこ和えを試食できます。200食限定です。
- 親子ふれあい広場 (10:00～12:00)  
記念手形の作成、昔遊び(折り紙、お手玉など)、マタニティマークのPR、乳幼児の事故防止啓発
- 歯科相談・検診・口臭測定 (10:00～12:00)
- フッ素塗布 (10:00～15:00)  
当日、整理券配布。歯ブラシをプレゼントします。

- 体力測定 (10:00～15:00)  
さて、あなたの体力年齢はいくつでしょう?
- 薬の相談・タバコの害の啓発 (10:00～15:00)
- 健康クイズ (10:00～)  
各コーナーにヒントがあります。景品進呈。挑戦してみませんか!
- 健康チェックコーナー (10:00～15:00)  
骨密度・体脂肪・腹囲・身体・血圧測定、認知症判定、健康・栄養相談
- 介護予防体操体験「ボディスピーダー」 (10:00～12:00)  
先着40人。予約が必要です。
- 救急講習会 (13:00～15:00)  
AEDも体験できます。
- 展示・PRコーナー (10:00～15:00)  
健康づくり行動計画、国保・特定健診・特定保健指導、障がい者コミュニケーション支援ボード

「健康やしあわせめざして」  
すこやかでいきがいを持ち、心豊かな生活を送るためにには、市民の皆さん一人ひとりが自分に合った健康づくりに取り組むことが必要です。



介護予防講演会(第10回)

第11回健康福祉  
まつり開催!!

八潮育ちの落語家三遊亭吉窓師匠の講演をはじめ、盛りだくさんの催しがあります。

※駐車場が限られていますので、公共交通機関をご利用ください。

多くの皆さんのご来場をお待ち

しています。

市および八潮市健康福祉まつり実行委員会では、左記のとおり第11回八潮市健康福祉まつりを開催します。

この健康福祉まつりに参加し、健康の大切さについて考え、生活習慣を見直してみませんか。

ふれあい福祉コーナー

## 素敵なぞうりが完成



9月27日、資料館で体験講座「ぞうりづくり」が行われ、17名が参加されました。

赤・黄色・緑など色とりどりのビニールひもで、自分の手と足を使って編み上げていきました。

完成まで約2時間かかりましたが、思い思いの素敵な作品が出来上りました。

薄紙一枚一枚を積み重ねるように人生を送りましょう



9月26日、八潮メセナで(株)タニサケの会長・松岡浩さんを講師に迎え、「輝いて生きる～後姿の教育を～」と題して、青少年育成八潮市民講演会・家庭教育学級合同講演会が行われました。「人生を良くするのも悪くするのも、『心の持ち方』次第。毎日、明るく生きることを心がけると人生が楽しく、人を喜ばせて生きることになる。また、人生は薄紙一枚一枚を重ねるようなもの。明るく生きて、薄紙を一枚一枚積み重ねるように自分を磨き上げることもできるし、一枚一枚薄紙をはがしてしまうのも、心の持ち方次第」と松岡さん。静かな会場に、笑いを誘う川柳をふんだんに交えた、和やかな講演会でした。

## こんな家に住んでみたい！



日本工業大学、東北工業大学、信州大学、茨城大学、神奈川大学の5大学と連携し、八潮らしい街並みづくりを創出するため発足した「八潮街並みづくり100年運動実行委員会」は、八條公民館で、9月14日にジュニアワークショップを開催し、15日には、まちづくりフォーラムにおいて「子どもたちの住みたい家」発表会を行いました。

ジュニアワークショップでは、幼児から中学生まで17人が、各大学の学生と一緒に自分たちが住みたい家の立体模型を作りました。

また、まちづくりフォーラムでは、環境にやさしい家、図書館のある家、家の周りのウッドデッキから魚釣りができる家など、子どもたちの夢をいっぱいに詰め込んだ家が次々に発表されました。

## 祝!青耕会設立40周年 親子料理教室



農業後継者団体「八潮市青耕会」が今年で創立40周年を迎え、記念事業としてハッピーこまちゃん親子料理教室が行われました。8月30日と9月20日の二日間、延べ60人の親子の参加があり、青耕会会長の初山秀行さんによる、八潮市の農業と小松菜についてのミニ勉強会から始まりました。そして、食生活改善推進会の皆さんの協力により、見た目も鮮やかな「小松菜を使ったデコレーション寿司」「小松菜の澄まし汁」「小松菜サラダ」「こまちゃん饅頭」が、手際よく調理されました。「料理が色鮮やかできれいですね」「家でも作りたいです」「簡単に出来てびっくりしました」など、参加者からは、うれしい声が聞かれました。