

# 第11回 戸塚共立

# 健康まつり

2019年10月31日(木) 9:30~13:00

会場

地域交流施設 ONE FOR ALL 横浜

(戸塚駅西口徒歩7分・戸塚小学校となり)

参加無料  
申込不要

## ◆ 健康づくり講座

9:40~10:25 「コグニサイズで認知症予防」

講師：関 直哉 (健康支援室 TMG Fit 健康運動指導士)

10:30~11:00 「これからを生きるあなたへ

受けていますか？乳がん検診」

講師：亀山 幸江 (医療法人横浜柏堤会 ピンクリボンアドバイザー)

11:15~12:00 「あなたは自分の体のために何を食べますか？

～健康的な未来に向けての食事のポイント～」

講師：大沢 静佳 (戸塚共立メディカルサテライト健診センター 管理栄養士)

12:15~13:00 「コグニサイズで認知症予防」

講師：関 直哉 (健康支援室 TMG Fit 健康運動指導士)

ご来場の皆さまに  
粗品プレゼント!!

## ◆ 管理栄養士との栄養・食事相談

## ◆ 看護師との健康相談 (血圧測定)

## ◆ 口コミ度チェック、握力測定

## ◆ 骨密度測定 (株式会社明治協力)

## ◆ 肌測定 (ポーラ化成工業株式会社協力)

## ◆ 介護付き有料老人ホーム「戸塚共立ゆかりの里」見学会

## ◆ 衛生用品アウトレット (ユニ・ケア株式会社協力※18:00まで)

## ◆ キッズコーナー (スーパーボールすくい、風船プレゼント!)



【お問い合わせ】戸塚共立メディカルサテライト健診センター 総務課

070-6421-8327 (平日 9:00~16:00)

主催：医療法人横浜柏堤会

協力：ポーラ化成工業株式会社、株式会社明治  
ユニ・ケア株式会社