YFHS（ワイフス） いきいき健康フェスタ

入退場自由
参加無料 お気軽にご参加ください

日時 11月21日（火）開催 10:30～16:00

医療法人横浜未来ヘルスケアシステムでは、
地域住民の皆さまの**健康増進**と**未病改善**のために
「YFHS いきいき健康フェスタ」を開催いたします。

ヘルスケア・美容・お祭りブース

- ●看護師による健康相談・血圧測定
- ●管理栄養士による栄養相談
- ●血管年齢★肌年齢★骨密度測定！
  （測定後には明治プロビオヨーグルト R-1など詰め合わせをプレゼント）
- ●内視鏡検査について詳しく解説お悩み相談室
- ●健康運動指導士による
  握力測定・立ち上がり運動

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

- ●お楽しみのポップコーン無料コーナー
- ●スタンプラリー開催
- ●ガラポン抽選会
- ●キッズ専用お遊びブース
- ●ウナシー（戸塚区マスコット）も遊びに来るよ！
- ●シェア型図書館で読書コーナー

ヘルスケア 講座

医師・管理栄養士・健康運動指導士などによるミニ講座

① お家でできる転倒防止エクササイズ
② 食事で生活習慣病を予防しましょう！
③ 関節痛予防エクササイズ
④ 生活習慣病について
　戸塚共立メディカルサテライト健診センター
　北山センター長（医師）によるミニ講座
⑤ 健康増進のための運動講座 and more

現役アスリート 運動ブース

女子ラグビーチーム YOKOHAMA TKM による ストラック・アウト ブース

女子サッカーなでしこリーグ ニッパツ横浜 FC シーガルズによる ミニ・サッカー体験 ブース

詳しくはこちら

follow me

TOTSUKA.SATERAITO

OFA_COMMUNITY

場所 **ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設**（戸塚小学校隣）
横浜市戸塚区戸塚町 157-3 ONE FOR ALL 横浜 1F
☎070-6421-8327