なんだりかんだり祭と同時開催！

第３回江刺健康まつり in米里

～健康寿命を伸ばして元気に過ごそう！～

会場は３か所です



会場１　米里体育センター

・100 食限定！食改善さん提供

≪減塩豚汁≫



・**≪ベジミル≫**

野菜、食べてる？

・**≪いきいき百歳体操、お口元気体操の体験≫**

イスに座りながら体験できます。お買い物の後に、

豚汁を待つ時間に、一緒に体や口を動かしましょう！

・**≪握力測定≫**

会場２　米里体育センター駐車場

聞いてみよう　自分の心臓の音

モバイルクリニック（遠隔診療車）展示＆見学

会場３　米里地区センター研修室

無料！健康機器による健康チェック＆健康相談

40 秒で骨の健康度が
分かります≪**骨ウェーブ**≫



踏ん張る力はどれくらい？
≪**足指力測定**≫



正常血圧ってどのくらい？
≪**血圧測定**≫

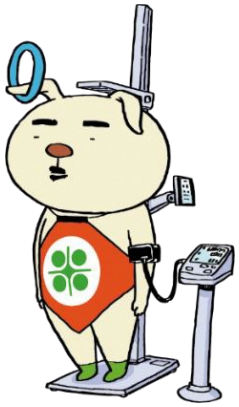
血管の健康を 45 秒で分析
≪**マックスパルス**≫



血管年齢は何歳？
≪**ＢＣチェッカー**≫



≪**健康相談**≫



主催：米里振興会
共催：奥州市健康こども部健康増進課
奥州市江刺総合支所健康福祉グループ