



第5回 うるま市健康づくり推進大会

フェスタ in うるみん

入場
無料

ひ～ぶ～とワイドーもくるよ!

平成30年 11/11(日) 9:30~16:00
会場:うるま市健康福祉センター(うるみん)

※駐車スペースに限りがございますので、公共交通機関をご利用下さい。

11月10日(土)は「福祉まつり」やってるよ!

★オープニングセレモニー(正面玄関前)★

- 具志川高校ダンス部チアダンス ● 緑の募金事業及びみどり月間開催!
- 平成30年度 うるま市健康づくり標語表彰式・景観賞表彰式
- 健康ウォーキング大会(9時15分から受付開始 4km・8kmコース) ※事前申込:973-4960(当日可)
- うるま市初!「日曜乳がん検診」同日大腸がん検診も実施します ※検診予約:973-4960

1階

楽しいエクササイズ体験

- うるみんスタジオ(ヨガ/こどもダンス教室/バンドトレーニングなど)
- うるみんフィットネスセンター(新機種トレーニングマシン無料で体験!)
- プール無料開放(10~12時/14~16時)
プールの水深を子ども向けに浅くします。小学1年生から付き添い無しでも入れます。
お問合せ:うるみん管理室 tel.973-4007

2階

展示・ワークショップコーナー

- 野菜の植え付け体験
- 食育SATシステム
- 健康チェックコーナー
- 母子保健推進員による体験コーナー
赤ちゃん人形抱っこ体験コーナー・手作りおもちゃワークショップ・親子フォトプレゼント(先着順・数限り有)
- お菜相談コーナー
- 津梁ネットワーク登録
- 県立中部農林高等学校(食品科学科)

3階

食べて動いて楽しく健康づくり

- 親子de運動あそび 運動実技講演会(9時45分~) ※上記は予約が必要です。
お問合せ:こども健康課 tel.989-0220
- 食改スマイルキッチン(無料試食・数量限定)
ミニランチ:12時~/スイーツ:15時30分~
- 現代版相話「肝高の阿麻和利」(13時~)
- ひ～ぶ～の「大丈夫やみっ!うるま市」(13時30分~) ワイドーもくるよ!