

社会医療法人 河北医療財団 主催
第14回 地域の人と考える

入場
無料

around 杉並健康ライフ 2022



11月13日(日)
10:00-16:00

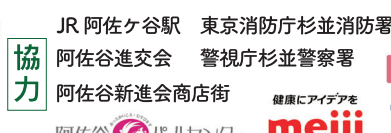
会場：阿佐谷地域区民センター
(杉並区阿佐谷北1-1-1)



テーマ

～「未病」とは何か、ご存じですか?～

「年に一度の健康診断。身体・精神・社会的健康とは」



なりきりお仕事体験 人気NO.1!

(看護師・医師・薬剤師・警察官・消防士・駅長)

NEW

プチ健康測定
(血管・骨密度・血糖値・眼・体力) 体組計
※一部靴下を脱ぎます

地元グルメを満喫

グルメワールド

コロナ禍の中で頑張っている飲食店さんをみんなで応援しよう! 新しくオープンしたお店や人気のあのお店も☆お楽しみに～

ハチカフェ
La Pousse
秋のまじりたけぼ茶屋

注意事項

ご飲食は決められた場所で黙食をお願いいたします。

にしふち
粒つぶ
青AO

事前申し込み制

締切: 10月25日(火) ※Cは11月10日

申込先: お問い合わせフォーム
<https://kawakita.or.jp/opinion/>

→ 広報課(教室・イベント)、お名前(フリガナ)、メールアドレス、内容(年齢・電話番号・ご希望A①②・C①②③)
※確認☑️・お電話をさせていただきます。

Bは、専用応募フォームから

もっと知りたい!

詳しくはWEBで

around2022HP

A 料理教室「減塩レシピ」

講師: にんべん認定講師 やまちゃん

定員: 各20名 ※先着順

参加費: 500円(当日)

テイクアウト(食事不可)

① 10:30～12:00

② 13:30～15:00

menu

- ・出汁香るきんぴら
- ・秋野菜のオープン焼き
- ・れんこんのカレーかつお炒め
- ・出汁香るもやし炒め
- ・出汁からつくね厚削りかつお節シートクリームチーズのせ

かつお節を削るところから

B 川柳

テーマ: 健康・病院・子育て

一次審査通過作品を会場に展示し、来場者に投票していただきます。

大賞1名・優秀賞3名
入賞10名・特別賞1名

後日、500～5,000円のデジタルギフトを贈呈します。

お一人さま何句でも応募可

専用応募フォームはこちら

C 対談・セミナー 定員80名 ※先着順

①10:30～11:30
「予期せぬ不遇や出来事との付き合い方」元柔道家ロンドン五輪銅メダリスト 西山将士氏/元レスリング選手2014アジア大会銀メダリスト 金久保 武大氏 他

②13:30～14:30
「健診を受ける意義・がん検診の大切さ」河北健診クリニック 院長 金澤 賢医師

③14:45～15:30
「消化器系のがんが増えています!」河北総合病院 消化器内視鏡診断・治療科部長 山下 浩子医師

※コロナ禍の状況によっては、中止の可能性がございます。あらかじめご了承ください。

お問い合わせ 河北医療財団「around 杉並健康ライフ 2022 事務局」

TEL 03-3339-5724 受付時間 10:00-17:00(月～金) ※祝日除く

2022.10

