

笑顔で伸ばそう! 健康寿命



# 第7回 健康で長生き まつり

2023 10/28 (土) 10:00-16:00

会場

大麻学園 健民センター  
(さぬき浜街道通り沿い)

入場無料

## からだ健康チェックとアドバイス

- 📌 看護師による身体計測(身長、体重、腹囲、血圧、血管年齢、骨密度測定)と健康診断
- 📌 あなたは大丈夫? 理学療法士が転倒リスクを徹底分析!
- 📌 運転寿命を伸ばそう! 作業療法士が自動車運転に必要な機能をチェック
- 📌 東洋医学 気・血・水の状態から鍼灸師があなたの体質をチェック!

## ワークショップ

- 📌 冬の寒さ、冷え対策に「温灸器」を作ろう! 時間: 11:00~/定員: 20名/参加費: 300円
- 📌 筋トレの近道を発見! ~筋肉ごとの役割を学ぼう~ 時間: 10:00~11:00
- 📌 プリザーブドフラワー 瓶アレンジを作ろう! 受付: 13:00~/参加費: 500円
- 📌 こども白衣体験 ~看護師さん・お医者さんに大変身~



## ノルディック ウォーキング

- 📌 「100歳まで元気に歩こう! 宇多津・丸亀1万歩チャレンジ」 定員: 40名/参加費: 300円
- | タイムスケジュール |           |
|-----------|-----------|
| 13:00     | 健民センター前集合 |
| 16:00     | 解散        |
- 持参するもの  
運動しやすい服装、運動靴、帽子、飲物
- 柔道整復師が皆さんと一緒に元気に楽しく歩きます。



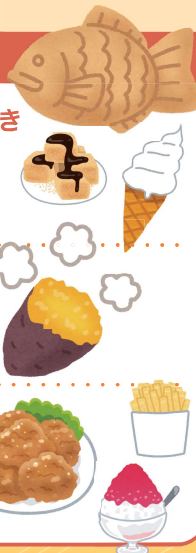
## 東洋医学ブース

- 📌 はり・きゅう治療 20分・有料
- 📌 あん摩マッサージ指圧治療 20分・有料
- 📌 お灸「広重」の販売



## マルシェ

- 📌 幸せの黄金鯛焼き
  - ・クロワッサン鯛焼き
  - ・わらび餅
  - ・ソフトアイス
- 📌 つぼ焼きKOU
  - ・焼き芋
  - ・冷やし焼き芋
- 📌 カリッジュ
  - ・骨なしからあげ
  - ・ポテト
  - ・カキ氷



## 薬膳ブース (販売)

- 📌 薬膳茶
- 📌 薬膳惣菜&スイーツ
- 📌 薬膳商品



## お問い合わせ

学校法人 大麻学園  
**四国医療専門学校**

TEL (0877)41-2310

(鍼灸マッサージ学科・鍼灸学科教務部まで)

イベントの詳細は  
HPをご覧ください  
<http://www.459.ac.jp>



四国医療専門学校

検索

クリック

## アクセス

〒769-0205  
香川県宇多津町浜五番丁62-1

● JR宇多津駅から徒歩約8分  
※車でお越しの際は、所定の駐車場に駐車ください。

無料駐車場  
100台

●ゴールドタワー	
●健民センター	
●モスバーガー	●イオンタウン
●四国新築西濃支社	●さぬき浜街道 至坂出
●1号館	●5号館
●学生ホール	●宇多津病院
●2号館	●本館
●3号館	
●至丸亀	●ミニストップ
●さぬき浜街道	
●ホテルアネシス瀬戸大橋	●宇多津郵便局
●県道33号高松・善通寺線	●青の山
●国道11号線	●ローソン
●至松山	●高松自動車道