

第32回石垣市健康福祉まつりプログラム

	催し物	内容		会場	時間
開 会 式	オープニング セレモニー	1. 主催者あいさつ……石垣市長 中山 義隆		検診 ホール	9:00 ～9:30
		2. 来賓祝辞 ……… 石垣市議会議長 我喜屋 隆次			
		3. 保育園……… 海邦保育園 ひまわりっ子保育園＆竹の子の森保育園			
		4. 島むにラジオ体操			
健 康 チ エ ッ ク ・ 健 康 相 談 コ ー ナ ー	島野菜を使った減塩食 八重山調理師会	プロの料理人が、野菜やハーブを使用して調理した健康食の試食会。		いこい の広場	9:00 ～15:00
	食と健康の推進 石垣市市民憲章協議会健康づくりを推進する運動部会	食事を通して、健康への意識を推進向上 / 石垣市民憲章推進協議会のPR お茶の配布等			
	マイナ保険証への紐づけはお済みですか？ 石垣市健康保険課	チラシの配布や動画上映の他、マイナンバーカードをお持ちで暗証番号のわかる方は、保険証との紐づけ状況が確認できます。		1階 ロビー	
	レッツ血圧♡血管年齢測定☆彡 石垣市健康福祉センター	自分のか♡ら♡だの健康を見直そう♪ 血管の仕組みを聞いて😊血管を守ろう！！			
	あなたの " そのお野菜 " 足りていますか？ 沖縄県栄養士会 八重山支部	手のひらをセンサーに約30秒あてるだけ!! 『ベジチェック』であなたの推定野菜摂取量を測定します。			
	偏見にNO!正しく知ろう！糖尿病のこと。 沖縄CDE会	沖縄CDE会では、糖尿病予防とセルフケアについて、多職種協働で患者と家族への支援の輪を広げていくことを目的としています。		駐車場	
	のばそう健康寿命・つなごう郷土の食 石垣市食生活改善推進員協議会	玄米減塩みそ、ユヌクもちの販売 / ヘルスメイトの活動ポスターの展示			
	美味しいキーマカレー＆デザート♪ 石垣市母子保健推進員協議会	子育て応援隊の私達が、心を込めてキーマカレーとデザートを作りました。 ぜひ、食べにきて下さいね！		1階 階段下	
	健康相談 八重山地区医師会	医師と保健師による健康相談を行います。(診察や治療ではありません。)お気軽にお越しください。		展示 コーナー	
	あなたの身体はどれだけお酒を処理できる？！ 八重山保健所 健康推進班	パネル展示とあなたのお酒の量が適正(AUDIT)なのか、お酒が飲める体質(アルコールパッチ)なのか、チェックできます。			
	結核・感染症についてのパネル展 八重山保健所 健康推進班 疾病予防G	結核やHIV・エイズ、梅毒、レプトスピラなどの感染症についてのパネル展示とパンフレットなどを展示します。			
	あなたのこころ お元気ですか？ 八重山保健所 地域保健班	うつや依存症などのメンタルヘルスに関するパネル展示と相談機関リストやパンフレットを設置いたします。			
	触って知ろう！乳がんのこと！男性也大歓迎 沖縄県看護協会 八重山地区	日本では9人に1人が乳がん罹患する時代。日頃から触って、自覚し、変化に気づくことが大切です。共にまなでみませんか？			
	見てみよう！ご自身の口の中！！ 八重山地区歯科医師会＆沖縄県歯科衛生士会八重山支部	口腔内カメラを用いて、自分の口の中の観察。問題点を見つけるとともに、治療相談とブラッシング指導をおこないます。			
	八重山地区薬剤師会お薬相談会 ※10:00～15:00 八重山地区 薬剤師会	お薬についての気になる事や不安な事についての相談を受ける。			
	ハンセン病問題啓発パネル展 八重山福祉事務所＆(公財)沖縄県ゆうな協会	ハンセン病の基本的な知識や対策の歴史、被害の実態やハンセン病問題の現状など、普及・啓発に向けたパネル展を開催します。			
	行こうよ！児童館！行ってみよう！児童館！ 石垣市子どもセンター	午前10時・午後2時に乳幼児向けのニコニコタイム(手あそびエプロンシアター)を行います。遊びに来てね～😊		子ども センター	
	理学療法フェア!! (公社)沖縄県理学療法士協会八重山支部	パネル展示、活動紹介、理学療法ハンドブック配布、体力測定(ロコモ度テスト)、正しい体操方法を体のプロがアドバイスします！		ひまわり	
	ノーリフティングケアを知ろう！ 石垣市介護長寿課	持ち上げない介護(ノーリフティングケア)ができるリフトの展示を行います。			
講 演 会	慢性腎臓病(CKD)を知ろう 沖縄県立八重山病院 院長 和氣 亨 氏	生活習慣病と腎臓病の深い関係について、分かりやすくお伝えします。		検診 ホール	11:00 ～12:00
	脳科学から見た認知症 脳科学者 恩蔵 絢子 氏	「その人らしさ」に着目し、認知症を研修する脳科学者、恩蔵絢子氏を招いての講演会です。楽しくできる脳活・育脳の実践もあります。			13:00 ～15:00
	ハンセン病回復者によるお話 八重山福祉事務所＆(公財)沖縄県ゆうな協会	ハンセン病の発症から今の暮らしまで、回復者のお話から地域であたりまえに暮らすために、一人ひとりができることを考えましょう		視聴覚室	12:30 ～13:30
健 康 づ く り	ヨーガ療法	NPO法人日本ヨーガ療法士協会:安達暁美		第1・第2 研修室	10:00 ～15:00
	リズム体操＆ストレッチ体操	フィットネスインストラクター :磯田やすこ			
	ゆったりズンバ(ZUMBA GOLD)	インストラクター :YUKA			
	ゲンキに遊ぼう♪子ども運動会！ 対象者:4歳～10歳 未就学児は保護者同伴	KUNINAKA SPORT LAB :国仲恵亮			
	トレーニングルーム無料開放 9:00～15:00				

第41回障がい者週間・市民のつどいプログラム

	催し物	内容	会場	時間
開 会 式	ふれ愛 ステージ	開会のことば	検診 ホール	9:30 ～10:45
		1. 座開き 三線演奏 …………… 石垣市視覚障害者協会		
		2. お芋体操「やさいものうた」…………… 笑らいふ		
		3. あるまねっと劇場「おかえり南の島」… あるまねっと		
		4. 手話ソング「虹」…………… しあわせささま		
		5. 2025東京デフリンピックPV上映…… 石垣市障がい福祉課		
ボ ラ ン テ ィ ア 体 験 ・ ス タ ン プ ラ リ ー	ポールウォーキング・視覚障害者体験 沖縄伴走ランナーネットワーク八重山支部	視覚障がい者体験やポールウォーキングを通して、体の不自由な方への理 解や正しい歩き方について学んでみよう。	エレベーター 前ロビー	9:00 ～15:00
	手話学習 ～気持ちを伝える表現方法～ 石垣市手話サークル碧の会	手話を通して、聴覚障がい者の世界に触れてみませんか。	民児協 事務室	
	音訳体験(声を出して文字を) リーディングサービス・エコー	音訳ボランティア体験を通して、聞き手の受け取り方やコミュニケーション について学んでみよう。	ボランティ 推進室	
	車いす体験・障がい者スポーツコーナー 石垣市社会福祉協議会	年齢や能力に関わらず、誰でも楽しめる競技として注目される障がい者ス ポーツの世界に触れてみませんか。	待合ロビー	
	社会福祉協議会活動紹介&パネル展 石垣市社会福祉協議会&民生委員	パネル展示を通して、石垣市社会福祉協議会の活動や福祉サービスについ て紹介します。	社協 前廊下	
	スタンプラリー受付場所 ▶ 石垣市社会福祉協議会窓口			
ふ れ 愛 バ ザ ー	就労継続支援B型事業所 大丈夫	手作り雑貨等の小物	駐車場	9:30 ～15:00
	就労継続支援B型事業所 ラビット	革製品・Tシャツ・ウエス		
	サポートセンターむりぶし	手作りお菓子類		
	就労継続支援B型事業所 きずな	スコーン(焼き菓子)・キーホルダー		
	就労継続支援事業所 まーる 石垣市社会福祉協議会	PPパック・小物・たこ焼き・おにぎりセット		
	(株)イノウエ ワークステップ石垣	マースのお守り袋・防災グッズ・焼き菓子・パン販売		
	非営利活動法人しあわせささま	パン・クッキー・ハーブ・陶芸・伝統工芸品など		
	楽歩ワーキングクラブ	小物・手工芸品・野菜		
	あるまねっと	干支の置物・ショール・ぼち袋・クリスマス関連小物		
	合同会社 WA-HaHa 就労継続支援B型事業所 くくるの和	焼きドーナツ・雑貨・島らっきょう・パパイヤ等		
	いこいの家	観葉植物・石鹸・工芸品		
	オハナ石垣	手芸品・サーターアングギー		
	結の里	ひげにんにく・炭・てづくり小物		
	就労継続支援B型事業所 笑らいふ	雑貨類・八重山そば		

※ご来場のみさなさへ、会場で車を運転する際は、歩行者に十分に気を付けていただきますようお願いいたします。
石垣市健康福祉まつり実行委員会事務局 電話 88－0088