

# 健康づくりフェスティバル

平成28年10月8日(土)「健康づくりフェスティバル」を開催しました。

当日は豊浦保育園・菅谷保育園・ひかり保育園の園児のみなと「しばたの健康ヒーロー100彩マン」による【げんきチャチャの朝ごはんⅡ】の発表会で始まり、食・運動・健康管理をテーマとした様々なコーナーにて楽しみながら、食や健康について振り返る一日となりました。

午後の講演会では、BSN“水曜見ナイト”などでお馴染み！伊勢みずほ氏をお招きし、【“がん”のち、晴れ『キャンサーギフト』という生き方】と題して講演いただきました。

告知を受けられてから現在までの闘病生活やその時々々の心理状況など余すことなく語られる姿に勇気をいただきました。また、強く生きる人を直に見て、エネルギーをもらいました。がんを患い、そして今も病氣と闘っている人とは思えないくらいキラキラ☆していた伊勢さんに感動し、とても素敵な講演会となりました。



げんきチャチャの朝ごはんⅡ  
発表会



“がん”のち、晴れ『キャンサーギフト』という生き方  
伊勢みずほ氏 記念講演会

丸山純子さんによる食育ソング

## 健康チェックコーナー



きつず薬剤師体験



親子笹団子づくり体験



減塩うどんの試食



サバイバルクッキングの試食

年に1回は  
健診を  
受けましょう！

