



ワイフス  
**YFHS いきいき健康フェスタ**

**入退場自由**

**参加無料** お気軽にご参加ください

**日時 11月21日(火) 開催 10:30~16:00**

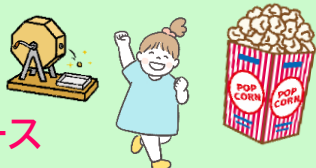


医療法人横浜未来ヘルスケアシステムでは、  
 地域住民の皆さまの**健康増進**と**未病改善**のために  
 「YFHS いきいき健康フェスタ」を開催いたします。



**ヘルスケア・美容・お祭りブース**

- 看護師による**健康相談・血圧測定**
- 管理栄養士による**栄養相談**
- 血管年齢★肌年齢★骨密度測定!**  
(測定後には明治プロビオヨーグルト R-1など詰め合わせをプレゼント)
- 内視鏡検査**について詳しく解説**お悩み相談室**
- 健康運動指導士による  
**握力測定・立ち上がり運動**
- ★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★
- お楽しみの**ポップコーン無料**コーナー
- スタンプラリー開催**
- ガラポン抽選会**
- キッズ専用お遊びブース**
- ウナシー**(戸塚区マスコット)も遊びに来るよ!
- シェア型図書館**で読書コーナー



**ヘルスケア講座**

**医師・管理栄養士・健康運動指導士などによるミニ講座**

- ① お家でできる転倒防止エクササイズ
- ② 食事で生活習慣病を予防しましょう!
- ③ 関節痛予防エクササイズ
- ④ 生活習慣病について  
 戸塚共立メディカルサテライト健診センター  
 北山センター長(医師)によるミニ講座
- ⑤ 健康増進のための運動講座 and more

**現役アスリート 運動ブース**

女子ラグビーチーム 女子サッカーなでしこリーグ  
 YOKOHAMA TKM による ニッパツ横浜 FC シーガルズによる  
 ストラック・アウト ブース ミニ・サッカー体験 ブース



詳しくはこちら ↓



follow me



**場所 ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設(戸塚小学校隣)**

横浜市戸塚区戸塚町 157-3 ONE FOR ALL 横浜 1F

お問い合わせは戸塚共立メディカルサテライトまで ☎070-6421-8327