

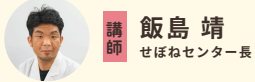
# せいれい フェスティバル

～開院20周年の感謝を込めて～

## 公開講座

1 11:15～12:15 開場 11:00

### 身近な腰の病気のはなし



講師 飯島 靖  
せほねセンター長

先着 50名

腰痛や下肢しびれは多くの方に起こりうる症状です。この原因となる腰の病気に関する話をします。

2 13:45～14:45 開場 13:30

### 人生100年時代に向けて



講師 有田 誠司  
健診センター所長

先着 50名

生活習慣病の予防が心臓病(死因2位)や脳卒中(死因4位)の予防につながります。予防のためには人間ドックで自分の身体を知ることが第一歩です。

## 健康フェア

- ・ ども薬局、健康ミニ講座の整理券は10時より正面玄関前の受付にて配布開始いたします
- ・ 整理券をお持ちの方はお時間までに各ブースの集合場所にお越しください
- ・ 開催時間は裏面タイムテーブルをご確認ください

3 測定コーナー 参加自由 一部整理券  
11:00～14:30

各種測定をして自分の今の状態を知ろう！

- 【測定一覧】  
身長・血圧・握力・血流・骨密度  
視力(裸眼or眼鏡)・眼圧測定・InBody(体組成)  
※InBodyは整理券を配布します。

4 ども薬局 整理券配布 各回30分/8名  
11:00～13:00

普段もらう薬はどんな風に準備されているの？お菓子を薬に見立てて、錠剤、シロップ剤、粉薬などの調剤を体験してみよう！参加者は実際に白衣を着ながら体験できるよ！

- ※未就学児不可、小学生・中学生対象
- ※アレルギーがある方は事前にスタッフへお知らせください
- ※一部の菓子以外は持ち帰りをご遠慮いただいております

5 健康ミニ講座 整理券配布/各回15分  
11:00～14:45

- ・ 骨を強くするための食事/栄養科 定員20名/回
- ・ ロコモ体操で健康的な体づくり/リハビリテーション室 定員10名/回
- ・ 在宅医療って??/訪問看護ステーション 定員20名/回

## パフォーマンス

6 10:00～11:00

### 東京学館高等学校 吹奏楽部



君の瞳に恋してる、糸、アンダー・ザ・シー、ミッキー・マウスマーチ、日本の四季(秋)、ふるさと他、老若男女すべての方にお楽しみ頂ける曲をご用意しました！ぜひ楽しんでお聴きください！

7 12:30～13:30

### 八千代松陰高等学校 書道部



八千代松陰書道部は、高校生44名で、日々協力し合って活動しています。今年度は第17回書道パフォーマンス甲子園において、2大会連続で全国大会出場を果たしました。全国出場の経験を活かし多くの方々へ感動を与えるパフォーマンスをお届けします。

※パフォーマンスの演出上マスクを外すことがあります。

## 来場の皆さんへお願い

- ・ 院内ではマスクの着用にご協力ください。
- ・ アルコールでの手指消毒やこまめな手洗いに協力ください。
- ・ 飲食は飲食スペースをご利用ください。
- ・ 人が多く集まる観覧スペースなどでは飲食できません。
- ・ 発熱や体調不良の方は参加をお控えください。
- ・ 駐車場の無料サービスはございません。

## マルシェ

10:30 OPEN  
1階ロビー

8 小麦の奴隷

カレーパングランプリで4年連続金賞を受賞したサクサクカレーパン、うすい店オリジナルパンの販売

10 Blume

素材にこだわった無添加のシフォンケーキ約10種と焼き菓子

12 みつばちジャングル

富里産非加熱生ハチミツと「十四農園」の野菜、味噌・甘酒などの発酵食品

14 マルスベーグル

「家族に食べてもらいたい」国産小麦を使った20種以上のベーグル・パン、焼き菓子など

16 Mrs.エリー農園

オーガニック野菜の販売、サラダセット、小松菜、カブ、落花生おまきりなど

9 coki.miya

アロマオイルを使ったハンドケアと子どもも楽しめるバラの塗り絵調香体験

11 Serendipity Floral

小物雑貨やガラスなど、日常を華やかに彩るフローラルペイント作品

13 flower works Soriso

リースやアレンジメントなど、ドライフラワーとアーティフィシャルフラワーのミックス作品

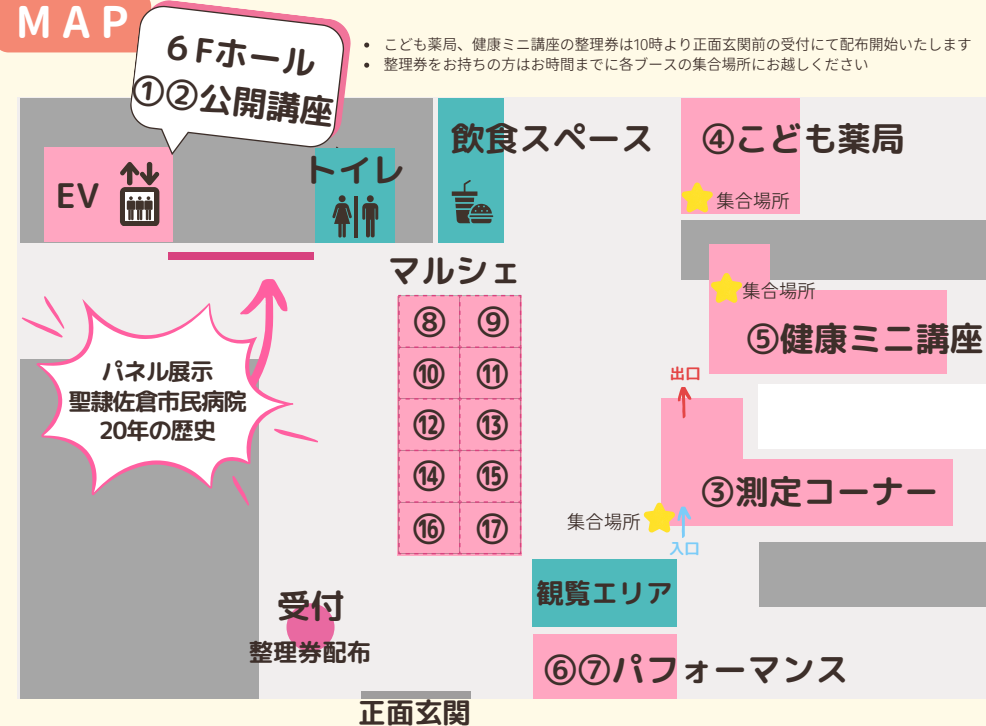
15 Boulangerie Kazu

佐倉茶を使ったパン、ハード系・惣菜・菓子パンなど

17 佐倉 小さい農園

無農薬・無化学肥料で栽培したお米など

## MAP



- ・ ども薬局、健康ミニ講座の整理券は10時より正面玄関前の受付にて配布開始いたします
- ・ 整理券をお持ちの方はお時間までに各ブースの集合場所にお越しください