

KAGA健康フェスタ2025で健康づくりを始めてみませんか

いつまでも元気でいきいきと毎日を過ごすためには、生活習慣病予防が大事であり、その両輪となるのが適正な食生活と運動の習慣です。市では、「かがし健康応援プラン21(第三次)」に基づき、**食や運動**について、さまざまな体験等を通して楽しみながら自己の生活を振り返り、健康について楽しく考えていただく機会として、毎年、KAGA健康フェスタを開催しています。

今年も健康づくりにおける協賛企業・団体による各種測定や相談コーナーの提供、野菜販売や健康レシピの紹介、ステージイベントでは11月の糖尿病週間にあわせて加賀市医療センター糖尿病専門医による講演会など、楽しみながら体験できる企画を多数予定しています。

ご自身、ご家族の健康を考える機会としてみませんか。

いろいろなコーナーとともに、ご来場をお待ちしております。

来場者には、グッピーポイント200Pをプレゼントいたします！

詳細はこちら▶



■と き:令和7年11月8日(土) 9時～12時

■ところ:かが交流プラザさくら 住所:大聖寺八間道65



ステージイベント

- ラジオ体操
(BOSS STUDIO羽深講師)
- KAGA健幸ポイントカード表彰式
- 講演会
(加賀市医療センター岡本医師)
- KAGA健幸ポイントアプリ紹介 等

各種測定&健康相談コーナー

- 血糖測定
- 体組成測定
- 血管年齢測定
- ベジチェック
- 肌年齢測定
- マインドチェッカー(心と身体のバランス測定)
- 栄養相談会
- 骨密度測定
- 人間ドックや健診に関する紹介・仮予約
- 禁煙相談
- 大腸がん検診申込 等

その他コーナー

- 絵本の読み聞かせコーナー
- いつでもできるふれあい遊びの紹介
- おやつに含まれるお砂糖クイズ
- 子育て情報の紹介・相談コーナー
- イスサッカー
- 国際井戸端会議
- マイナ保険証の登録サポート
- 市民相談チラシ、啓発グッズ等 設置
- 里親制度の紹介・説明
- わたしの暮らし手帳(認知症ケアパス)活用講座

食コーナー

- 野菜の販売
- 減塩レシピの配布 等
※なくなり次第終了
- 喫茶コーナー

参加団体の声

加賀市糖尿病協議会

私達は、糖尿病を診療する関係者の連携や、市民への糖尿病の啓蒙活動、患者の早期発見・早期治療による糖尿病合併症の予防をしています。健康フェスタでは、血糖測定や体組成測定を通して、ご自身の身体の状態を知る機会になればと思います。測定後に医師や栄養士の健康相談もありますので、ぜひお気軽にお越しください。ステージにて運動に関する糖尿病講演会を行います。明日からの生活がより健康になるような内容ですので、ぜひお立ち寄りください。



加賀市健康づくり推進協議会

「私たちは市民の健康づくりを応援します」をスローガンの下、特定健診受診勧奨をはじめ「健康の大切さ」をお伝えする活動をしています。健康フェスタでは、ステージイベントのほか受動喫煙防止や飲酒の展示、禁煙相談を行います。楽しく、ご自分ご家族の「健康」を見つけるはじめての一步、フェスタで踏み出しましょう。ご来場お待ちしております。



加賀市食生活改善推進協議会

「私達の健康は私達の手で～のばそう健康寿命つなごう郷土の食～」をスローガンに活動しています。健康フェスタでは、減塩普及活動、パネル展示を通して一人でも多くの方に私達の活動をお伝えしたいと思います。特に今年は、米粉を使った防災食の試食を用意しています。毎年、同じことをお伝えしていますが、基本は伝え続けることが大切だと思います。



今年はお隣の加賀看護学校でも学校祭(10時～14時)を同時開催しています!模擬店やキッチンカー、学習発表にステージ発表もありますので学校へも足をお運びください

図健康課

☎0761-72-7865

✉kenkou@city.kaga.lg.jp