

第28回 下京・みなみ健康まつり

「ずっと元気」をかなえたい。今日から始める健康づくり

●医のひろば

体脂肪測定・血圧測定と健康相談

●歯のひろば

お口の健康相談
オーラルフレイル相談

●薬のひろば

お薬アンケート・粗品進呈、お薬・禁煙相談

●介護のひろば

血管年齢測定・握力測定

●栄養のひろば

健康づくりのための栄養相談

●看護のひろば

アロママッサージ

●保健のひろば

がん予防・食育啓発



シモンちゃん

ブース企画 etc

入場無料

来場者全員
参加賞

お楽しみ抽選会
健康カタログギフト



1万円相当で
血圧計やお肉等が
選べます。

“健康にまつわる”川柳を大募集!
優秀作品には、賞品をプレゼント!

応募は
こちら



どしどし
ご応募
ください!

(例)

明日のため
毎日続ける
一万歩



健康体操

下京区健康づくりサポーター
しもけんズ

粗品
進呈

スタンプラリー
達成者には



スタンプラリー

講演企画

食べることは生きること
～目指せ そこそそ元気で長生き～

京都九条病院 栄養課 課長 片山 影美子 管理栄養士

午後2:00開始

オープニングセレモニー

オカリナ演奏グループ「フォーシーズンズ」

会場

下京区役所 4階

〒600-8588

京都市下京区西洞院通塩小路東塩小路町608番地の8

主催: 下京・みなみ健康まつり実行委員会

下京西部・東部医師会 下京・南歯科医師会 下京南薬剤師会 京都府歯科衛生士会下京支部・南支部
京都府栄養士会 京都府看護協会下京・南支部 下京区・南区地域介護予防推進センター
下京区・南区地域包括支援センター

共催: 下京区役所 南区役所

協力: 下京保健協議会連合会 南保健協議会連合会

後援: 京都府

プログラム、会場案内図については裏面をご確認ください ➡

第28回 下京・みなみ健康まつり

「ずっと元気」をかなえたい。今日から始める健康づくり

日時

令和8年10月3日(土)
14:00開始

会場

下京区役所 4階

プログラム

- 14:00～ オープニングセレモニー
オカリナ演奏グループ「フォーシーズンズ」
開会式・すこやか大賞表彰式
- 14:50頃～ スタンプラリー開始
- 15:20～16:20
講演企画
「食べることは生きること～目指せ そこそこ元気で長生き～」
京都九条病院 栄養課 課長 片山 影美子 管理栄養士
- 16:35～ スタンプラリー終了
- 16:45～ 健康体操(下京区健康づくりサポーター:しもけんズ)
- 16:55～ お楽しみ抽選会
- 17:15～ 閉会式

会場案内図



下京区役所

〒600-8588 京都市下京区西洞院通塩小路上る
東塩小路町608番地の8

最寄り交通機関

- 市バス「下京区総合庁舎前」下車すぐ
- 地下鉄烏丸線・JR各線・近鉄京都線「京都駅」
下車徒歩5分



シモンちゃん