

岐阜県女性の 健康な100年をまもる



令和8年6月14日(日) 10:00~15:00
カラフルタウン岐阜 1階 カラフルパーク

「わたしらしく健康に」



ブースを体験してスタンプを5つ以上集めると、粗品をプレゼント！



QOL向上を体験しよう！

お肌チェック
【資生堂ジャパン】

10分程度で肌チェックを体験できます！
お肌の状態から、自分をいたわるケアを考えてみましょう。



生活習慣を見直そう！

食育SAT体験

あなたの食事の栄養バランスをサッとチェック！
管理栄養士が、女性に大切な栄養素をアドバイスします。

**慢性腎臓病
(CKD) 啓発**
【日本ペーリカールインゲルム】

腎臓を守るための **減塩レシピ** をご紹介します！
慢性腎臓病(CKD)についても学びましょう。

**血圧測定と
自己検脈のスヌメ**

血圧測定や**自己検脈**で、あなたの健康状態を確認して
みましょう！



セルフチェックをしよう！

**女性特有の
がんのお話**

乳がんモデルをつかって、家庭でできるセルフチェックを
お伝えします。

**女性の健康
個別相談**
【岐阜県看護協会】

助産師、保健師による**無料**の健康相談です。
更年期に多い症状など、女性の健康に関するお悩みを
一緒に考えます。

岐阜県の女性が、自分の健康を見つめ直し、悩みを抱えることなく
過ごせるよう体験を通して学べるイベントです

