

健康まつり

～食と運動の健康フェスティバル～

とき 9月24日(土) 午前10時～午後3時

ところ 保健センター、総合体育館

健康で生きがいのある人生…食事と運動

日頃の生活習慣を振り返り、食事・運動など生活習慣の改善の重要性について理解を深めましょう！

食育推進計画キャラクター

「湖なすちゃん」は、湖南市の地元野菜である下田なすをモチーフにしています。



健康政策課(保健センター)

☎72・4008 FAX72・1481

いろいろなコーナーを回ろう！

会場で5コーナー以上に参加した人には先着順で健康グッズをプレゼント！

★健康機器コーナー

- ・血液さらさらチェック
(先着順で整理券を配布します。午前100人、午後100人)
- ・足指力測定
- ・超音波骨量測定
- ・肥満度判定付血管年齢測定



★ピンクリボンコーナー

- ・乳がん検診啓発ミニ講演会(午前11時～)
講師:寺田信國さん(生田病院院長)

★男性の料理教室OBコーナー

- ・健康料理の試食、活動紹介

★健康推進員コーナー

- ・健康料理の試食、活動紹介

★保健師の健康相談コーナー

★介護予防コーナー

★保健所コーナー

★スポーツ推進委員コーナー

★ちょいスポコーナー

- ・ウォーキング、パラシュット、忍者体操など

テレビショッピングでモデルが気持ち良さそうにマッサージチェアを使用していた。「放送後30分以内にお電話いただいたかたには〇〇プレゼント」との放送を見て、急いで注文した。届いた商品を初期設定のまま試すと腰が痛くなり通院することになった。

消費者
悩みの相談室

家庭用電気マッサージ器で
体調が悪化することも…

量販店などの家庭用電気マッサージ器の展示コーナーは盛況ですが、店頭での体験でも事故が発生しています。被害者は60歳以上が6割を占め、男女別では7割が女性でした。トラブルの内容は、体の痛み、頭痛、吐き気、擦り傷、内出血、腫れなどが多いですが、脊髄の損傷や骨折など非常に重い症例も報告されています。事故発生場所はほとんどが家庭ですが、4分の1は量販店などにある展示販売スペースや宿泊施設、温泉施設でも起きています。

原因は、強く締め付けられ

た状態で停止した、危険を感じても停止が間に合わなかったなど停止ボタンによるものや、「中」程度の設定でスタートしたため、いきなり強くもまれすぎたことなどがあります。

高齢者の場合、骨がもろくなっているため強くもまれると骨折するケースもあります。使用を禁じている病気もあるため、持病のある人は事前に医師に確認しておきましょう。

販売員が正しい使用方法を理解しないまま販売していることも少なくないようですが、利用者も正しい使用方法を理解したうえで購入することが大切です。使用前に停止ボタンの操作を確認し、必ず「弱」の設定から始めることで事故防止に努めましょう。

問 消費生活センター(東庁舎)

☎71・2360

FAX72・3788