

いわみざわ健康ひろばで

毎日を健康に



平成 29 年 4 月にオープンして以来、健康づくりの拠点として活躍してきた「いわみざわ健康ひろば」では、毎日さまざまなイベントを行っています。いつまでも元気で健康に暮らすために、いわみざわ健康ひろばを利用してみませんか？

いわみざわ健康ひろば

住所 3 条西 4 丁目 8 番地 2
第 2 ポルタビル 1 階
開館時間 午前 10 時～午後 5 時
休館日 日曜日、祝日、年末年始
駐車場 いわみざわ健康ひろばの利用時間は、であえーる岩見沢の駐車場が無料で利用できます
電話番号 35 局 5138

毎週木曜日は北大 COI ※の日 無料

健康ポイント
2 ポイント

北大 COI の日は、健康コミュニティの推進を目的に、子どもから高齢者の方までを対象としたイベントを行っています。

北大 COI

「食と健康の達人」をテーマに、「おいしい食と楽しい運動」で健康で笑顔あふれる幸せな生活を実現するため、北海道大学を中心に 30 社以上の企業による健康づくりプロジェクト

カラオケ機器を使った 介護予防体操

午前 10 時～正午

音楽、映像に合わせて体を動かします。解説付きで誰でもでき、1 人からでも利用できます。



手形をとろう！みんな でお絵かき

午前 10 時～午後 5 時



乳幼児の身長・体重測定

午前 10 時～午後 5 時

毎日 無料

アール・ブリュット 展示

主に障がいを持つ方の芸術作品を展示。

健康測定

血圧や体組成、血管年齢、骨健康度の測定。
※測定した結果を蓄積しているため、過去の結果との比較ができます。



毎週火曜日 無料

健康ポイント
2 ポイント

健康チェックの日

健康測定の結果をもとに、保健師や管理栄養士がアドバイスします。第 2・4 火曜日の午後は歯科衛生士のアドバイスも。

月 1 回

健康ポイント
2 ポイント

フードデイ

管理栄養士による地元食材を使ったアイデア離乳食、健康的な食事の試食やレシピの紹介など。
※日程など詳しくは、広報いわみざわの情報ひろばをご覧ください。

随時 無料



健康ポイント
5 ポイント (健診)
2 ポイント (保健事業)

各種保健事業

健診の申し込み、すこやか健診（成人健診）、レディース健診、お口いきいき教室、ひゃっぴい体操、介護者のつどいなどの保健事業を行っています。

問合先 岩見沢保健センター（4 西 3 であえーる岩見沢 3 階） ☎ 25 局 5540