

～あなたの健康を守る、定期的な「乳がん検診」～パナソナはピンクリボン運動を推進しています。

Pink Ribbon Festa

2019

2019 **10.5**

sat.

10:00-16:00

会場：アルネ・津山 4F

①図書館前広場（メイン会場）②地域交流センター

セルフチェック方法を学ぼう！自己検診体験

保健師による乳がんの基礎知識と、セルフチェック方法についてのミニセミナー。
◎11:15-、13:15-（15分程度/回）

保健師による健康相談

保健師による健康相談。乳がん検診（集団検診）の予約受付も同時開催。
◎10:00-15:00（随時受付）

乳がん啓発 リンパトーンストレッチ

リンパマッサージとストレッチを組み合わせ、デコルテや二の腕まわりを
すっきりさせるとともに、乳房セルフチェックも行えるストレッチ。

◎11:00-、13:00-（15分程度/回）【講師：乳がん啓発運動指導士 平田由佳さん】

抽選会で
プレゼント GET!
数に限りがあります

乳がんについて
知りたい!
乳がん関連図書
コーナー設置
協賛：津山地区医師会

乳房のしこりって
どんな感じ?
マンモモデルで
確認してみよう!

ピンクリボン券金で
ピンクリボン
ノベルティ
プレゼント
協力：NPO法人岡山県乳がん啓発
推進財団 岡山県
ピンクリボン岡山

マンモグラフィをもっと知ろう！

乳がんの早期発見に最も有効な画像診断の1つであるマンモグラフィ検査に
ついての20分間のセミナー。

◎14:00-セミナー、15:00-座談会（会場：地域交流センター・多目的スペース）
【講師：一般財団法人 赤堀病院 診療放射線技師 杉隆子氏】

知っておきたい！乳がんの正しい知識

乳がんについての30分間のセミナー。後半の座談会では、気になることを
直接質問できます。

◎14:30-セミナー、15:00-座談会（会場：地域交流センター・多目的スペース）
【講師：医療法人 思誠会 渡辺病院 副院長 乳腺外科 溝尾妙子氏】

津山まちなかカレッジ 2周年記念イベント

同時開催

- ◆印象度UP！ステキな女性の眉メイク
- ◆骨格診断&スタイルアップのファッションアドバイス
- ◆私のやる気スイッチON！セルフコントロール術
- ◆悩んだ時のための「私のトリセツ」づくり
- ◆夢が叶う女性のライフプラン作成法
- ◆学びのライブラリー ミニ cafe

詳細はまちなかカレッジHPをご覧ください。

【お問い合わせ】津山まちなかカレッジ事務局・0868-31-2232 info@machikare.jp



共催：岡山県 後援：津山市 協力：つやま産業支援センター／津山市立図書館／津山まちなかカレッジ事務局

株式会社パナソニック岡山・津山営業所 **0120-750-733**   

 P A S O N A