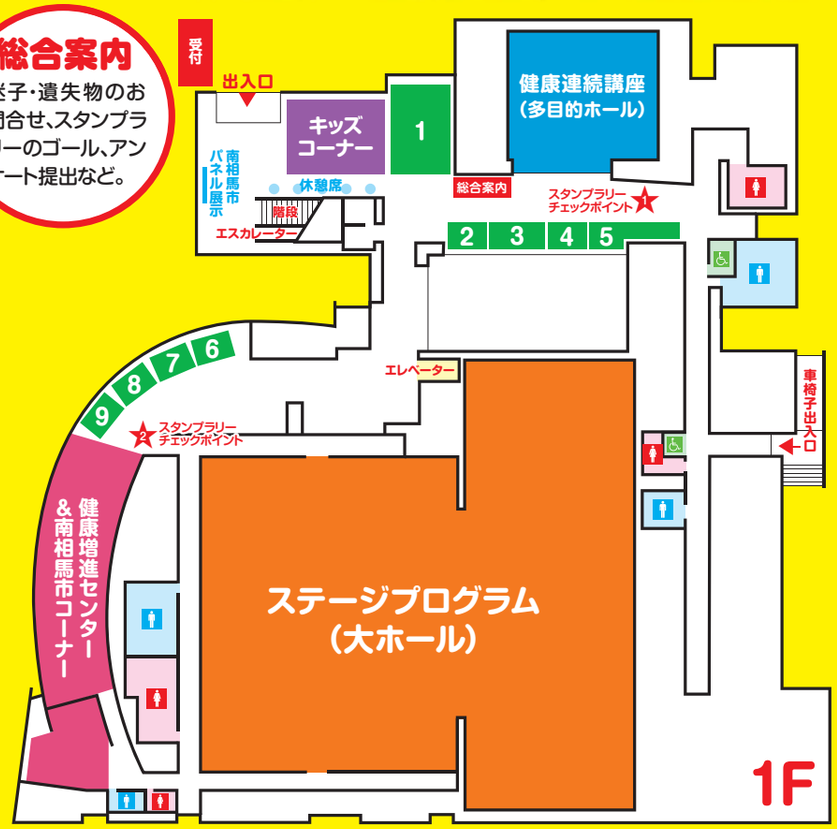
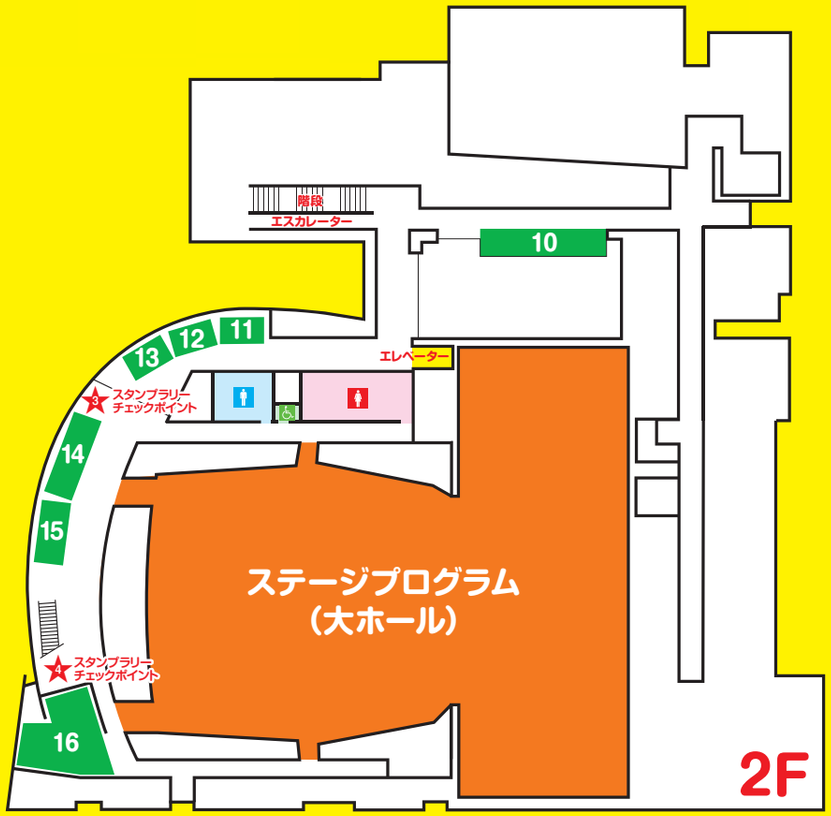
いきいき健康づくりフォーラム in南相馬 会場案内

総合案内
迷子・遺失物のお問合せ、スタンプラリーのゴール、アンケート提出など。





ステージプログラム／大ホール

10:00〜10:10	**オープニングアトラクション** 南相馬&杉並トモダチプロジェクト
10:10〜10:25	**オープニングセレモニー**
10:30〜11:20	**トップ健康トーク「みんなで始めよう！健康づくり」** 福島県副知事 **井出　孝利** 南相馬市長 **門馬　和夫** 福島県立医科大学 理事長 **竹之下誠一**
11:30〜12:10	**それいけ!アンパンマンショー 1回目**
12:20〜12:50	**ソング&ダンスショー** 南相馬&杉並トモダチプロジェクト
12:55〜13:05	**いきいき健康ミニトーク「生活習慣を改善して、健康寿命を延ばそう」** 福島県立医科大学 公衆衛生学講座 特任教授 **坪倉　正治** （南相馬市立総合病院 地域医療研究センター長）
13:10〜14:00	**いきいき健康トーク&フィットネス** クロスフィットトレーナー・フィットネスモデル **AYA**
14:10〜15:00	**特別講演「食と生活習慣で防ぐ生活習慣病」** 福島県立医科大学 糖尿病内分泌代謝内科学講座 教授 **島袋　充生**
15:10〜15:50	**それいけ!アンパンマンショー 2回目**
15:50〜16:00	**エンディング**

測ってみましょう あなたの健康！
健康増進センター&南相馬市コーナー

協力／一般社団法人福島県理学療法士会

お子様連れでも安心!!
キッズコーナー
楽しく遊ぼう!!

保育士が常駐し、2歳程度以上から小学校低学年までのお子様を預かります。

協力／郡山女子大学 短期大学部 幼児教育学科

5 一般社団法人福島県医師会による **健康相談**

14 公益社団法人福島県栄養士会による **栄養相談**

健康応援展示ブース出展者紹介
関係機関・団体、企業が出展する16のブースで健康について楽しく学びましょう!!

1. 「カラダの不思議キッズラボ」 福島県立医科大学 神経解剖・発生学講座
2. 「知って広がる健康づくり ふくしま健民アプリではじめよう!」 福島県健康づくり推進課
3. 「画像で分かることを学びませんか」 公益財団法人福島県保健衛生協会
4. 「キビタン健康ネット」に参加しよう！ 〜持ってて安心!キビタン健康パスポート〜」 一般社団法人福島県医療福祉情報ネットワーク協議会
5. 「あなたの健康に関する相談にお医者さんがお応えします! 『放射線を知ろう』簡単クイズにチャレンジ!」 一般社団法人福島県医師会
6. 「親子で楽しもう食育アプリ Sketch Cook」 大塚製薬株式会社
7. 「おいしく手軽に野菜不足を解消するためには？」 株式会社伊藤園
8. 「強さを育てる乳酸菌 〜ヨーグルトを食べて元気になろう!!〜」 東北協同乳業株式会社
9. 「野菜足りてる？簡単“ベジ”チェック 〜野菜摂取の充実度と野菜摂取量の推定値を表示します〜」 カゴメ株式会社
10. 「女性のための手のオイルマッサージ体験」 福島県立医科大学 母性看護学・助産学部門
11. 「食と健康ー地域とのつながりー」 郡山女子大学家政学部食物栄養学科
12. 「塩分を摂りすぎていませんか？」 福島学院大学短期大学部食物栄養学科
13. 「福島医大の新学部で、医療のスペシャリストをめざそう!」 福島県立医科大学 新医療系学部設置準備室
14. 「知ろう!体験しよう!“食の基本”」 公益社団法人福島県栄養士会
15. 「あなたの健康、見守ります」 福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター
16. 「笑顔で、楽しく、脳の機能をアップ! シナプロソジーを体験してみよう!!」 株式会社ルネサンス スポーツクラブルネサンス福島24

健康と向き合う知識を得るために
健康連続講座
◎会場／多目的ホール
◎時間／10:10〜15:45

県立医科大学の専門家6人が担当します。聴きたい講座に気軽に参加してください。

10:10〜10:55	**「運動で健康スイッチをONにしよう! 〜身体を動かすといいことといっぱいありますよ〜」** 新医療系学部設置準備室 助教・理学療法士 **岡崎可奈子**
11:05〜11:50	**「腰痛と肩こり〜どうして痛みが起きるの？〜」** 新医療系学部設置準備室 室長 **矢吹　省司**
12:00〜12:45	**「脂肪肝〜どうすれば予防できるの？〜」** 消化器内科学講座 准教授 **高橋　敦史**
12:55〜13:45	**「糖尿病〜分かりやすい基本の知識と予防の話〜」** 糖尿病内分泌代謝内科学講座 病院助手 **工藤　明宏** （大原綜合病院糖尿病内科 主任部長）
13:55〜14:45	**「塩と人と病ー減塩の根拠から実践までー」** 循環器内科学講座 教授 **石田　隆史**
14:55〜15:45	**「こころとからだを元気にする笑いの効果」** 健康増進センター 副センター長 **大平　哲也**