

# いきいき健康づくりフォーラム in 田村

## 健康連続講座 会場/多目的ルーム

健康と向き合う知識を得るためにぜひご参加ください。  
 福島県立医科大学の各分野の専門家が講師を務めます。5つのテーマについて各45分の講座となります。

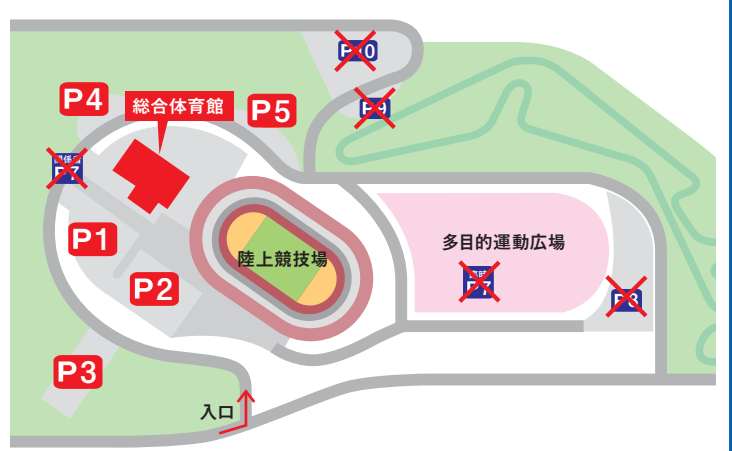
10:00 ↓ 10:45	①「運動で健康寿命をのばそう！」 保健科学部理学療法学科 教授 高橋 仁美
11:00 ↓ 11:45	②「食べて、楽しく、健康に！」 ～寝たきり(フレイル)予防のための食事とは?～ 先端地域生活習慣病治療学講座 准教授 風間 咲美 栄養技師(管理栄養士) 一ノ瀬 仁美
12:15 ↓ 13:00	③「Withコロナ時代の高血圧の予防と治療 -こんなにあるみなさんが自分でできること」 循環器内科学講座 教授 石田 隆史
13:15 ↓ 14:00	④「脳卒中を知ろう:脳卒中は予防できる病気です」 脳神経外科学講座 准教授 小島 隆生
14:15 ↓ 15:00	⑤ ころとからだを元気にする笑いの力 健康増進センター 副センター長 疫学講座 教授 大平 哲也

## 健康測定コーナー (健康増進センター&田村市コーナー)

会場/サブアリーナ  
 脳年齢や歩行姿勢、骨健康度、血管老化度を測ってみましょう。



## 指定駐車場のご案内 P1~P5をご利用ください。



【臨時駐車場】船引公民館駐車場(約130台収容)  
 会場最寄りの指定駐車場のほか、臨時駐車場として船引公民館の駐車場をご利用いただけます。

無料シャトルバス  
 船引公民館臨時駐車場と田村市総合体育館をシャトルバスが運行します。



## 健康応援展示ブース&田村市健康づくりキャンペーン

会場/メインアリーナ・サブアリーナ

生活習慣病予防・健康増進等の啓蒙活動等に取り組む機関・団体、健康増進に役立つサービスや製品を提供する企業がブース出展します。そのほか、1Fラウンジでは「アグリクリエイターズふくしま」による田村市とれたて新鮮野菜の販売が行われます。

- 福島県健康づくり推進課
- (一社) 福島県医師会
- (公社) 福島県歯科医師会
- (公社) 福島県看護協会 郡山支部
- (一社) 福島県薬剤師会
- (公社) 福島県栄養士会
- (一社) 福島県理学療法士会
- (一社) 福島県作業療法士会
- (公財) 福島県保健衛生協会
- (一社) 福島県医療福祉情報ネットワーク協議会
- (公財) 福島県労働保健センター
- 田村市食生活改善推進協議会・田村市保健課
- たむら市民病院
- 福島医大放射線医学県民健康管理センター
- 福島医大エコチル調査福島ユニットセンター
- 酪王協同乳業(株)
- 大塚製薬
- 明治安田生命 郡山開成営業部
- スポーツクラブ コミスポ

健康や栄養に関する相談に医師、看護師、栄養士がお答えします。



自宅でもできる簡単体操、一緒にやってみよう!



## 新型コロナウイルス感染症防止対策にご協力ください!!

- マスク着用
- 受付で検温
- 受付名簿記入
- 手指を消毒
- 一定の間隔を保つ
- 大声を出さない

## 参加者受付名簿

必要事項を記入し、このまま受付に提出してください。検温の後、リストバンドをお渡しいたしますので、腕に巻いてご入場ください。

フリガナ	
氏名	
居住地	市・区・町・村
連絡先	携帯番号/
同行人数	

※お客様の個人情報は、お客様の同意なく、業務委託先以外の第三者に開示・提供することはありません。(法令等により開示を求められた場合を除きます)