



いきいき 健康づくり フォーラム

入場
無料

in 二本松

12月10日 日

時間/10:00~15:00

会場/安達文化ホール・安達公民館

※会場宛にイベントのお問合せはご遠慮ください。



12:00
~
12:40

よしお兄さんと
一緒に親子体操!

講師 小林よしひさ

お子様が楽しめるステージアトラクション!!



ふくしまキッスマン



福島スポーツアカデミー



総合司会 三吉 梨香
(ふくしまFM)

それいけ! アンパンマン ショー



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

1回目/11:00 2回目/14:15

ショー終了後、ハイタッチ会もあるよ!!お楽しみに!!

※諸事情によりショー内容が一部変更・中止となる場合があります。

観覧
無料

トップ
健康トーク

時間/10:20~10:50 会場/安達文化ホール

「メタボ改善にチャレンジ!」

- 福島県副知事 佐藤 宏隆 ●二本松市長 三保 恵一
- 福島県立医科大学理事長兼学長 竹之下 誠一

二本松市の特産品が当たる スタンプラリー抽選

6つのチェックポイントを回ってスタンプを集め、抽選で賞品をゲットしよう!!

1等
3本



二本松のお米 (5kg)

2等
5本



羽山のりんご (2kg)

3等
12本



奥の松 甘酒 (720ml)

アンケートに回答すると!!

こども先着500名に

ハンカチタオル
& なわとびセットプレゼント

おとな先着500名に

ハンカチタオルプレゼント

来場者にもれなくプレゼント!!

オリジナル
クリアファイル

消費カロリー早見表付

ふくしま健民アプリ
200ポイント

健康連続講座



福島県立医科大学の各分野
の専門家4人が講師を務め
ます!!自由にご参加ください。

健康応援展示ブース



健康づくりに取り組む団体
や企業が役立つ情報を提供
します!!

健康測定&健康相談コーナー



脳年齢や姿勢の歪みなど
の測定、様々な健康相談に
お答えします!!

健康メニュー販売



キッチンカーが出店し、
健康メニューを調理・
販売します!!

主催: 公立大学法人 福島県立医科大学 健康増進センター TEL 024-547-1788 共催: 福島県・二本松市

後援: 一般社団法人福島県医師会/公益社団法人福島県看護協会/公益社団法人福島県歯科医師会/一般社団法人福島県薬剤師会
公益社団法人福島県栄養士会/一般社団法人福島県理学療法士会/一般社団法人福島県作業療法士会/公益財団法人福島県保健衛生協会
公益財団法人福島県労働保健センター/一般社団法人福島県医療福祉情報ネットワーク協議会/一般社団法人Tobacco-freeふくしま

HPを
チェック!!



いきいき健康づくりフォーラム in 二本松

ステージプログラム

安達文化ホール 2F ステージ

10:00
10:15

オープニングセレモニー

10:20
10:50

トップ健康トーク「メタボ改善にチャレンジ!」

福島県副知事 佐藤 宏隆
二本松市長 三保 恵一
福島県立医科大学理事兼学長 竹之下 誠一

11:00
11:45

それいけ!アンパンマン ショー/1回目

12:00
12:40

親子健康体操「よしお兄さんと一緒に親子体操!」

元NHK「おかあさんといっしょ」体操のお兄さん
小林よしひさ

12:55
13:25

ファミリーアトラクション①

福島スポーツアカデミー FSAチアスクール

13:35
14:05

ファミリーアトラクション②

ふくしまキッズマン

14:15
15:00

それいけ!アンパンマン ショー/2回目

15:00

エンディング

※時間は変更となる場合があります。

健康連続講座

安達文化ホール 1F 情報展示室・会議室

福島県立医科大学の専門家が講師を務め、4つのテーマ別に健康と向き合う知識を提供する講座を行います。

10:15
10:55

健康連続講座①

小児肥満とメタボリックシンドローム
一発症回避に必要なことは—

地域医療支援センター 特任教授 川崎 幸彦

11:15
11:55

健康連続講座②

急性心筋梗塞から身を守ろう

循環器内科学講座 准教授 八巻 尚洋

13:15
13:55

健康連続講座③

正しく知ろうメタボ、肥満症、糖尿病の予防と対策

糖尿病内分泌代謝内科学講座 教授 島袋 充生

14:15
14:55

健康連続講座④

休養・睡眠の重要性とよい睡眠を得るためのコツ

健康増進センター 副センター長 大平 哲也

健康応援展示ブース

安達公民館

1F 集会室・会議室・ロビー
2F 軽運動場・集会室・ロビー

生活習慣病予防・健康増進等の事業活動に取り組む団体、健康増進に係るサービスや製品を提供する企業等がブース出展します。

- 一般社団法人福島県医師会
- 公益社団法人福島県看護協会 県北支部
- 公益社団法人福島県歯科医師会
- 一般社団法人福島県薬剤師会
- 公益社団法人福島県栄養士会
- 一般社団法人福島県理学療法士会
- 一般社団法人福島県作業療法士会
- 公益財団法人福島県保健衛生協会
- 公益財団法人福島県労働保健センター
- 一般社団法人福島県医療福祉情報ネットワーク協議会
- 酪王協同乳業株式会社
- 大塚製薬株式会社 郡山出張所
- 明治安田生命保険相互会社 郡山支社 二本松営業部
- スポーツクラブルネサンス
- 福島学院大学 短期大学部 食物栄養学科
- 福島県健康づくり推進課
- 二本松市健康増進課
- 二本松市健康推進委員会
- 福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター
- 福島県立医科大学 エコチル調査福島ユニットセンター

健康や栄養に関する相談に
お答えします!!



簡単体操や
様々な健康情報等を
ご紹介します!!

その他、障がい者の社会参加活動や就労支援を行っている「勤労継続支援B型事業所アクセスホームさくら／勤労継続支援B型事業所なごみ」が活動のなかで製造した菓子や豆腐などを販売します。

健康測定&健康相談コーナー

安達公民館

2F 軽運動場

脳年齢や姿勢の歪み、AGEs(最終糖化産物)を測定してみましょう。



駐車場のご案内 P1・P2・P3駐車場をご利用ください。



キッチンカー健康メニュー販売



- 「野菜たっぷりバーガー」キッチンほしくま
- 「おからドーナツ」玉梨とうふ茶屋事業部