



入場無料

あおもり

健康寿命延伸フェア 2018

11月13日(火) アウガ5階

11:00~16:00

AV多機能ホール/研修室・まちなか保健室

先着 200 名様限定!
野菜がたっぷりとれる
メニューの
試食あります!
12:30~



健康寿命延伸への
チャレンジ!
リレートーク

13:20~15:00

詳細は裏面参照

表彰 13:00~

あおもり 100日
健康トライアル最高ポイント賞
卒煙達成賞 ほか

肺年齢測定
呼気 CO 測定等

たばこの
健康被害防止啓発
コーナー

あおもり100日
健康トライアル
お楽しみ賞品引渡し
コーナー
11:00~16:00
※当選者には事前に個別通知いたします。

血糖値測定等
糖尿病予防
コーナー

見てみよう!
測ってみよう!
体験コーナー多数
11:00~16:00

健康づくり
リーダーといっしょに
簡単健康・体力
チェック

検診を受けよう
がん予防
コーナー



【主催】 青森市、青森市健康寿命延伸会議

あおもり健康寿命延伸フェア2018

プログラム

研修室／まちなか保健室／AV多機能ホール

11:00～ ◆開場(研修室、まちなか保健室)

各種測定・体験コーナー、野菜たっぷりメニュー試食(200食限定) 12:30～



13:00～ ◆開会(AV多機能ホール)

あいさつ 青森市長



◆表彰式

あおもり100日健康トライアル 200ポイント以上お楽しみ賞品授与
最高ポイント賞・チーム賞

あおもり卒煙サポート塾 卒煙達成賞



13:20～ ◆健康寿命延伸へのチャレンジ!リレートーク

○チャレンジ1「健康寿命延伸へのチャレンジ2018」

青森市長

○チャレンジ2「食育チャレンジ・プログラムに取り組んで」

浜田小学校・浪岡南小学校児童

○チャレンジ3「地域ぐるみでライフスタイルチェンジ!」

あおもり健康づくりリーダー

○チャレンジ4「職場ぐるみの禁煙チャレンジ!」

株式会社西田組

○チャレンジ5「がん予防啓発～GO!GO!5つのがん検診」

青森市保健所健康づくり推進課

簡単健康・体力チェック&がん・糖尿病・たばこの健康被害防止啓発コーナー

がん予防コーナー

- 受けよう!がん検診
- 乳がん視触診モデル体験



糖尿病予防コーナー

- 血糖値測定・糖尿病療養相談
- 健診結果みえるわかる保健指導
- 栄養・食生活相談
- 糖尿病と歯周病の関係
- 健康生活応援レシピ



【協力機関】
青森糖尿病療養指導研究会

たばこの健康被害防止啓発コーナー

- 肺年齢測定
- 呼気一酸化炭素濃度測定
- 禁煙相談
- たばこの健康影響



簡単健康・体力チェック

- 血圧測定
- 体組成測定
- 血管年齢・脳年齢測定
- 簡単体力チェックと
ロコモ予防運動等



お申込み

下記に氏名をご記入の上、11月9日(金)までに、TELまたはFAX、郵送で、事務局へ直接お申込みいただき、当日、直接会場へお越し下さい。

【実施主体】 青森市、青森市健康寿命延伸会議

一般社団法人青森市医師会、一般社団法人青森市歯科医師会、一般社団法人青森市薬剤師会、公益財団法人青森県総合健診センター、青森市教育委員会、青森市町会連合会、青森市浪岡町内会連合会、社会福祉法人青森市社会福祉協議会、全国健康保険協会青森支部、青森市国民健康保険運営協議会、青森市小学校長会、青森市中学校長会、青森市PTA連合会、青森市保育連合会、青森市私立幼稚園協会、青森商工会議所、青森市浪岡商工会、青森県中小企業団体中央会、一般社団法人青森県経営者協会、協同組合青森総合卸センター、株式会社青森銀行、株式会社みちのく銀行、公益社団法人青森県栄養士会、青森市食生活改善推進委員会、特定非営利活動法人日本健康運動指導士会青森県支部、一般財団法人青森市体育協会、特定非営利活動法人青森県ウオーキング協会、特定非営利活動法人あおもり男女共同参画をすすめる会、公立大学法人青森県立保健大学、学校法人青森田中学園青森中央学院大学、青森大学、公立大学法人青森公立大学

【お問い合わせ先】 青森市健康寿命延伸会議事務局

青森市保健部 青森市保健所 健康づくり推進課

〒030-0962 青森市佃二丁目19番13号 電話 017-743-6111 FAX 017-743-6276