

あおり 健康寿命 延伸フェア

2023

場所

サンロード青森
1階サンホール

日時

11月11日(土)
11:00~15:30

入場
無料

ステージプログラム

第1部 13:00~

ブルーリングス Jr. チーム青森校
によるチャダンス

- あおりわがまち魅力再発見川柳2023
市町村賞(青森市)表彰
- 血管いきいき!足元気体操
- バランス食にトライ!
~日々の食生活で元気ハツラツ~



健康チェック& チャレンジコーナー 11:00~

- 血糖値測定・糖尿病療養相談
しよっかい
- 「食改さん」と食生活を見直し!
- ベジチェック・血管年齢測定、骨密度測定など
- 肺がん検診
(13:30~西出入口付近駐車場)

見える化・ 展示コーナー 11:00~

- がん予防・検診啓発
- ドイツ式健康ウォーキング活動紹介
- 市町村別&業種別
健康データの見える化 など

ステージプログラム 第2部 14:00~

青森公立大学 よさこいサークル
影飛威 Sea によるよさこい演舞

- あおり健康づくりリーダーとレッツ運動!
- ヘルスリテラシーって素晴らし~
クイズでPON! など

あおもり 健康寿命延伸フェア 2023

ステージプログラム【13:00~15:00】

クイズと実践de健康チャレンジ!

【第1部 13:00~】

- 13:00~ **チアダンス**
ブルーリングス Jr. チーム青森校
- 13:10~ **開会挨拶**
- 13:15~ **あおもりわがまち魅力再発見
川柳2023 市町村賞(青森市)表彰**
第一生命保険株式会社 青森支社
- 13:25~ **血管いきいき!足元気体操**
日本健康運動指導士会 青森県支部
(青森県立中央病院 健康推進室)
- 13:40~ **バランス食にトライ!**
~日々の食生活で元気ハツラツ~
青森県栄養士会 青森地区会

【第2部 14:00~】

- 14:00~ **よさこい演奏**
青森公立大学よさこいサークル 影飛威 Sea
- 14:10~ **青森県健康づくり事業功労者・
あおもり健康づくり奨励賞受賞報告**
青森市食生活改善推進委員会 山谷詠子会長
あおもり健康づくりリーダー会 山村邦弘会長
- 14:15~ **あおもり健康づくりリーダーとレッツ運動!**
あおもり健康づくりリーダー会
- 14:40~ **ヘルスリテラシーって素晴らし〜クイズでPON!**
青森県立保健大学 ヘルスリテラシー向上部
- 14:55~ **閉会**

パネル展示・体験ブース【11:00~15:30】

体験して・見て・聞いて学ぼう!

健康チェック& チャレンジコーナー

- **血糖値測定・糖尿病療養相談**
青森糖尿病療養指導研究会
- **ベジチェック**
明治安田生命保険相互会社 青森支社
- **握力・骨密度・血管年齢測定
体組成測定・認知機能チェック**
あおもり健康づくりリーダー会
青森市立浪岡病院

体験&展示コーナー

- **がん予防・検診啓発**
青森県総合健診センター
- **すこみら学**
~心身健やかな未来創り~
青森公立大学
- **「食改さん」と食生活を見直し!**
青森市食生活改善推進委員会
- **乳がん検診で乳房と命を守ろう!**
あおもり男女共同参画をすすめる会
- **市町村別&業種別
健康データの見える化**
全国健康保険協会青森支部・青森市
- **「浅虫温泉海山クア(健康)の道」
ドイツ式健康ウォーキングの活動紹介**
青森中央学院大学

肺がん検診

13:30~15:00
対象:40歳以上の青森市民

※事前申し込み不要
※保険証をお持ちください

ご来場いただく皆様へ

- お申込みは不要です。体験ブース・ステージは、当日受付順でご案内いたします。
- 発熱やのどの不調等、風邪症状のあるかたは、ご来場をお控えいただきますようお願いいたします。

【主催】青森市、青森市健康寿命延伸会議

(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、青森市教育委員会、公益財団法人青森県総合健診センター、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、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スポーツ協会、特定非営利活動法人青森県ウォーキング協会、公益社団法人青森県栄養士会、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、あおもり健康づくりリーダー会、学校法人青森田中学園青森中央学院大学、公立大学法人青森県立保健大学、青森大学、公立大学法人青森公立大学

【協力】明治安田生命保険相互会社 青森支社、第一生命保険株式会社 青森支社、青森糖尿病療養指導研究会

お問合せ先

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 017-718-2912