

健康都市やまとフェアについて

1. 目的

健康意識の普及啓発に関する各種イベントを通じて、簡単にできる健康習慣を身に着けるためのきっかけを提供するとともに、健康習慣継続のための動機付けを行います。

2. 開催概要

日時	令和2年2月2日(日) 10時～16時
会場	文化創造拠点シリウス
主催	大和市・神奈川県
協力	大和市医師会、大和綾瀬歯科医師会、大和綾瀬薬剤師会、大和市健康普及員連絡協議会、大和市食生活改善推進協議会など

3. 内容

①メインホール(1階) 13:00～15:00

講演:「歩き続ける力～人生のエベレストを目指して～」

プロスキーヤー、クラーク記念国際高等学校校長の三浦雄一郎さんによる講演

②ギャラリー・ホワイエ(1階) 10:00～16:00

○大和市医師会、大和綾瀬歯科医師会、大和綾瀬薬剤師会、神奈川県、大和市による各種相談・体験・展示など。

③マルチスペース(3階) 10:00～16:00

○体力測定・ニュースポーツ体験、歩行姿勢測定会

④健康度見える化コーナー(4階) 10:00～16:00

○健康度見える化コーナー各種測定結果に基づく相談、乳がんのしこりチェック体験
コグニバイクの体験会

⑤健康テラス(4階)

10:30～11:00	コグニッションとエクササイズで脳の活性化を!(岩崎学園 横浜実践看護専門学校)
11:15～11:45	健康体操でいつまでも元気でいきいき!(岩崎学園 横浜リハビリテーション専門学校)
12:00～13:00	元気なうちから知っておこう!(医師会)
13:15～13:45	お口の健口体操(神奈川県・オーラルフレイル健口推進員)
14:00～15:00	よみうり回想サロン(大和市立図書館)

⑥「おいしく・楽しく・健康に」～なつかしの蒸しパン～（6階調理実習室）

10：30～、13：30～

食生活改善推進協議会による料理教室。

対象▶ 6歳以上※小学4年生以下のお子様は保護者も参加

講師▶ 大和市食生活改善推進協議会

⑦こころの体温計・こころとくらしと仕事の総合相談受付（606小会議室）10：30～16：00

生きる支援：多職種職員による総合相談会