

たのしみながら、けんこうづくり!

江田島すこやか健康まつり

第3回

まちと県立広島大学が、
あなたの“健康”を応援するイベントを開催します!
ちょっと気になる健康のコト…このイベントで
あなたの食生活や生活習慣を見直してみませんか?

入場
無料

みんなで行こう!

なんか
元気に
なってきたぞ

じーやき
スリキ

ポンプ
やるけーね!!

ワシモ
行こう!

エウサイズ
元気に

カキ飯
しし金
高はかが?

いい話です、
へー

健康に
なりたい

大丈夫よ!

大丈夫かな…
健康チェックも
できまよす

あなたの健康を考える一日に

日時

2月28日(日)
13時15分～16時まで
[12時30分開場]

場所

江田島市農村環境
改善センター(能美町鹿川)

●駐車場の混雑が予想されますので、できるだけ
公共交通機関をご利用ください。



馬場のぶえさん

広島テレビアナウンサー。平成9年の入社以来「テレビ宣言」
や「スポーツ元気丸」などに出演。現在は夕方の情報番組「旬
感☆テレビ派ッ!」にも出演中。一男一女の母親でもある。

私がMC
進行します!
みなさまへね



【主催】公立大学法人県立広島大学・江田島市 【共催】江田島市教育委員会・えたじま海生交流研究会・江田島市食生活改善推進協議会

【問い合わせ先】江田島市福祉保健部保健医療課 TEL 0823・40・3247



あなたの健康を考える一日に



江田島すこやか健康まつり

日にち・場所 2月28日(日) 江田島市農村環境改善センター(能美町鹿川)



健康まつりステージスケジュール 大学の先生から体にいいこと教えてもらおう! 楽しいゲームもあるよ!

13:15~ 主催者あいさつ

13:18~ 会場説明 (特設ブースの紹介など)

13:25~

江田島市健康調査報告

「ちょっとまじめな健康話」

市民を対象とした健診やアンケートの結果から、県立広島大学の先生が江田島市民の健康についてお話しします。



講師:県立広島大学
健康科学科 准教授
西田由香さん
[プロフィール] 安田女子大学の講師を経て、平成21年より母校の広島女子大学(現県立広島大学)で、研究・教育・地域貢献に専念している。専門は臨床栄養学、時間栄養学。(栄養学博士)



講師:県立広島大学
健康科学科 助教
佐野尚美さん
[プロフィール] 広島大学理学研究科博士課程修了後、高知女子大学生活科学部健康栄養学学科助手を経て、平成21年より現職。専門は栄養と免疫、時間栄養学。(理学博士)

江田島市健康まつり

14:50~

「我が家でよく作る野菜料理コンテスト」表彰式

野菜メインの家庭料理レシピを募集、優秀な作品の数々をご紹介。食推「みかん個数あてクイズ」正解発表。

15:20~

気軽にできる「健康エクササイズ」

市民ボランティアが考えた、足腰を元気にするエクササイズ。さあ、運動習慣を身につけましょう!

15:35~

豪華景品が当たる!

「えたじまビンゴ大会」

来場先着300名にビンゴカードを配ります! 何が当たるかは当日のお楽しみに!!



13:50~

健康対談「食で歩む健康への道」



生活に身近な「食」と「健康」の“へえ~”な話が盛りだくさん。子育て奮闘中の馬場アナと高齢者の栄養管理エキスパート西田准教授の対談です。

コーディネーター:県立広島大学 健康科学科 教授 **加藤秀夫さん**

[プロフィール] 日本栄養・食糧学会理事、日本栄養改善学会理事・中国支部長、広島県食育推進会議会長などを兼務。広島テレビの「テレビ宣言」「旬感☆テレビ派!!」に2年半生出演するなど、幅広く活躍している。専門は時間栄養学やスポーツ栄養など。(医学博士)

江田島市からのお願い

江田島市の平均寿命は、県内ワーストクラス。このため、江田島市では県立広島大学と連携して、市民の健康意識の現状と課題を分析し、対応策を講じながら、市民が健康で長寿になるように事業を実施しています。

市民の皆様も普段からの健康づくりや病気の早期発見・早期治療のための健康診査を受診して、健康・長寿を目指しましょう!



特設コーナーの催し 趣向を凝らした展示に、美味しい健康料理など! 親子で遊べるスペースも登場!

