

「おでかけ健康フェスタ2015」を開催しました

健康講座や健康ウォーキング・軽スポーツ体験などの多彩な企画を通じて健康づくりの大切さや実践方法に触れられる、「おでかけ健康フェスタ2015」を開催しました。

【日時】

平成27年11月7日（土）10時～16時

【会場】

奈良県文化会館

【来場者数】

約4,100人

【実施内容】

○知事表彰

健康づくり活動を積極的に実施している事業所・ボランティア団体4団体と、奈良食育作文コンテスト入賞者を表彰させていただきました。



・平成27年度健康づくりの取組に対する知事表彰受賞団体

奈良県在宅保健師の会（秋篠の会）

保健師の経験・スキルを活かし、健康相談の実施・電話での特定健診受診勧奨等を実施
平群8020「は・は・歯」の会

劇団形式というユニークな方法で、幅広い年齢層に歯科保健に関する健康教育を実施

小山株式会社

定期健診再検査や人間ドックの費用の一部を事業所が負担するなど従業員の健康づくりを推進

株式会社品川工業所

定期健診の結果治療等が必要な従業員の受診結果の報告を徹底し、再検査を受診しやすい環境を整備

- ・平成27年度奈良食育作文コンテストについては、下記のページをご覧ください。

<http://www.pref.nara.jp/dd.aspx?menuid=41376>

○みんな元気に！健康ステージ

大石元氏、青柳幸利氏、桑原征平氏に、健康をテーマにした内容でご講演いただいたほか、スローエアロビックや「誤嚥にナラン！体操」を実施しました。

- ・健康講座「がんは怖くない～がん検診のススメ～」

講師：奈良県健康づくりセンター所長 医学博士 大石元氏

- ・おでかけ健康法実践セミナー「おでかけ健康法を実践しよう！」

講師：東京都健康長寿医療センター研究所 医学博士 青柳幸利氏

- ・健康講演会「いつまでもイキイキと豊かに暮らすために」

講師：元関西テレビアナウンサー 桑原征平氏



大石元氏



青柳幸利氏



桑原征平氏



健康講座の様子

○健康ウォーキング

青柳幸利氏にご講演いただいた「おでかけ健康法」を実践するため、会場周辺で健康ウォーキングを実施しました。



○出張健康ステーション

血管年齢計、骨健康度測定器、体組成計を設置し、無料で健康測定を実施しました。



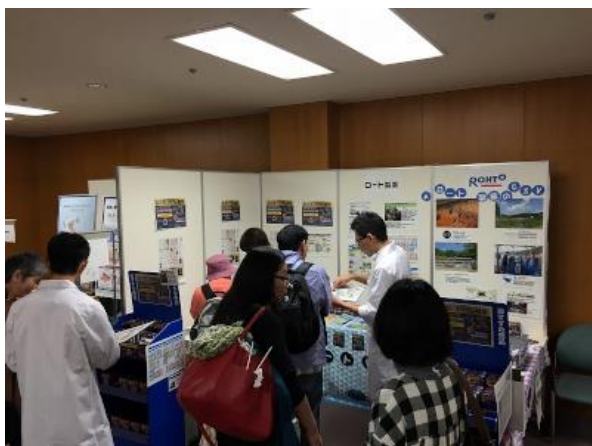
○減塩げんきフェスタ

お味噌汁の飲み比べや、日頃の食事の塩分量がわかるコーナーなど、親子で楽しく減塩について学んで体験していただきました。



○健康企業ブース

奈良県とゆかりのある企業や団体にご協力いただき、健康にちなんだ体験・展示・試食及び試飲などを実施しました。



○その他にも様々な企画を実施しました。



健康カフェ・奈良マルシェ



奈良マルシェ



健康カフェ



大道芸パフォーマンス



クラフト体験セミナー



軽スポーツ体験