

あおもり

健康寿命延伸フェア

2022

～「わたしのからだは大丈夫？」思った今がはじめどき！～

日時 **11月20日(日)** 場所 **サンロード青森 1階 サンホール**
11:00～15:30

表彰

13:00～



あおもりわがまち
魅力再発見川柳2022
市町村賞(青森市)

第一生命保険株式会社 青森支社

あおもりウォークトライアル2022
ウォークトライアル賞



ラインメール青森の
選手がやってくる!

13:30～

- みんなの健活体操
with Jリーグ
- 選手の記録に挑戦!

明治安田生命保険相互会社
青森支社

ステージプログラム
クイズと実践
de
健康チャレンジ
13:40～

ミニ食育レッスンを
聞いてくれたお子様へ
食育
ランチョンマット
プレゼント!

- ミニ食育レッスン
- ヘルスリテラシーって素晴らしい～
クイズでPON!
- 新型コロナ感染予防のウソ? ホント?
- おてがる! 体まるごとエクササイズ
- 縄文から学ぶ 健康初耳学
- 減塩にチャレンジ!
～かしこく減らしてイキイキ生活～

健康チェック & チャレンジコーナ-11:00～

ベジチェック

歯科相談・口腔がん検診

血圧・血管年齢・握力測定

個別運動指導・簡易口コモテスト

肺がん検診(13:30～西中央出入口付近駐車場)

モフトレ・認知機能チェック

体組成測定・骨密度測定

など

ご来場の皆様へ
お願い

マスク着用、手指消毒、
検温など感染予防対策
へのご協力を
お願いいたします。



見える化・ 展示コーナ-11:00～

がん検診啓発

体について知ろう! 骨の模型展示
ドイツ式健康ウォーキング活動紹介
健康データの見える化
減塩タペストリー
など

あおもり健康寿命延伸フェア2022

ステージプログラム 13:00~15:20



楽しく参加するだけで健康に！
クイズと実践de健康チャレンジ！

- 13:00~市長挨拶
- 13:05~あおもりわがまち魅力再発見川柳2022表彰
市町村賞（青森市）
（第一生命保険株式会社 青森支社）
- 13:20~あおもりウオークトライアル2022表彰
ウオークトライアル賞
- 13:30~ラインメール青森FCの選手と一緒に！
みんなの健活体操 with Jリーグ
選手の記録に挑戦！
（明治安田生命保険相互会社 青森支社）
- 13:40~ミニ食育レッスン
（青森市食生活改善推進委員会）
- 13:55~ヘルスリテラシーって素晴らしい~クイズでPON!
（青森県立保健大学 ヘルスリテラシー向上部）
- 14:10~新型コロナウイルス感染予防のウソ？ホント？
（青森大学・薬学部）
- 14:25~おてがる！体まるごとエクササイズ
（日本健康運動指導士会 青森県支部）
- 14:40~縄文から学ぶ健康初耳学
（青森公立大学）
- 15:00~減塩にチャレンジ！
~かしこく減らしてイキイキ生活~
（公益社団法人 青森県栄養士会 青森地区会）
- 15:15~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

ベジチェック(明治安田生命保険相互会社 青森支社)

歯科相談・口腔がん検診
（一般社団法人 青森市歯科医師会）

血圧・血管年齢・握力測定
（あおもり健康づくりリーダー会）

個別運動指導・簡易ロコモテスト
（日本健康運動指導士会 青森県支部）

体組成測定・骨密度測定
（青森県立保健大学・全国健康保険協会 青森支部
協力：青森県医師会 健やか力推進センター）

モフトレ・認知機能チェック
（青森市立浪岡病院）

肺癌検診
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



見える化・展示コーナー

乳がん検診で乳房と命を守ろう！
（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）

がん予防・検診啓発
（公益財団法人青森県総合健診センター）

減塩タペストリー・模型展示
（公益社団法人 青森県栄養士会 青森地区会）

体について知ろう！骨の模型展示(青森公立大学)

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）

「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)

感染対策

ご来場いただく皆様へお願い

本フェアは新型コロナウイルス感染症拡大防止対策をとりながら実施しますので、マスクの着用や検温、名簿記入などへのご協力をお願いします。マスクを着用されていないかた、発熱・のどの不調等風邪症状のあるかたなどは、ご入場をお断りさせていただく場合がございますので、ご了承ください。

お申込み

申込み切：11月15日（火）

電話またはFAXで①氏名②連絡先（電話番号）③ご希望の内容・時間帯 をお知らせください。

TEL 017-718-2912(受付時間/平日8:30~18:00) FAX 017-743-6276

感染対策のため、お申込多数の場合には、参加時間等を調整させていただく場合がありますのでご了承ください。

※パネル展示・体験ブースは当日の参加も可能ですが、ご予約いただいたかたを優先してご案内させていただきます。

【主催】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、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、あおもり健康づくりリーダー会

【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