



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



第1回 8月22日(土) 江田島市農村環境改善センター(能美町鹿川)

第2回 8月30日(日) 江田島コミュニティセンター(江田島町小用)

健康まつりイベントスケジュール

13:00~

健診結果説明会

専門用語や診断結果からわかる
身体のことを保健師がわかりやすくご紹介



13:50~

健康講演会「食の謎に答える」

講師:県立広島大学 健康科学科教授

加藤 秀夫さん

マスコミでは語れない食のウソ・ホント…、
体力と学力UPの献立?よい食べ合わせと
悪い食べ合わせなどへえ〜な健康情報満載

[プロフィール]昭和22年大阪府生まれ。時間栄養学やスポーツ栄養・健康
管理論などが専門。日本栄養学会理事兼中国支部長をはじめ、日本栄養・
食糧学会理事、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。



14:50~

県立広島大学 学生企画 その①

「えたじまクイズ」

〜(え)がおで(た)のしく気分も(じ)ょうじょう(ま)るごと知ろう!〜
意外と知らない食品の知識をクイズで学ぼう



15:05~

県立広島大学 学生企画 その②

「みんなでエクササイズ!」

〜自分の身体と向き合うチェアピラティス〜

インストラクター:県立広島大学 健康科学科4年

鍛島 秀明さん

姿勢改善・肩こり・腰痛予防などに効果がある
体操にみんなでチャレンジ!

みんなで元気に
やみましょう!



15:40~

県立広島大学 学生企画 その③

「えたじまビンゴ大会」

豪華景品を用意しています。当日のお楽しみに!

江田島市からのお願い

「みんなで健診に行こう!」

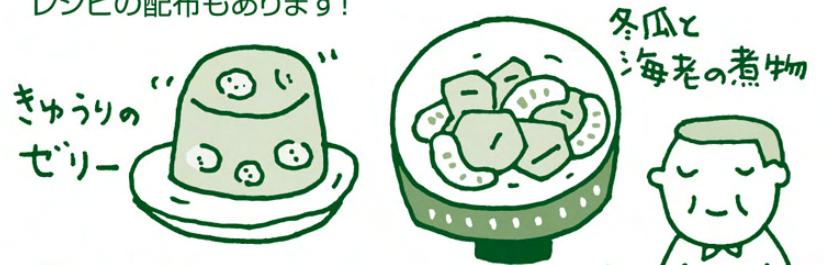
「自分は大丈夫だろう」「忙しくて時間がとれない」…いろ
んな理由から遅れがちな定期健診。実は江田島市の平均
寿命は、県内でワーストクラス。みんなで病気の早期発見・
早期治療に取り組み、健康・長寿を目指しましょう!



特設ステージのイベント

健康料理コーナー

きゅうりのゼリーや冬瓜と海老の煮物の試食(150食限定!)、
レシピの配布もあります!



体験コーナー

握力・体脂肪、今話題のメタボチェックなど、
大人も子どもも楽しく測定!

もれなく、メタボ測定ひもを差し上げます。



聞きたい! 知りたい! 話したい! 健康座談会

県立広島大学の教員による健康“なるほど話”。
健康に関する相談などを、とことんお聞きします
※8月30日(日)のみ、19時~20時30分(能美海上ロッジ)

8/30
限定



会場になる能美海上ロッジ

県立広島大学と一緒に江田島市の元気を創る! えたじま健康・長寿のまちづくり プロジェクト進行中!



楽しいイベントを考えています

江田島市と県立広島大学の教職員や
学生が一緒になって「健康イベントの
開催」「健康講演会・教室の開催」「健
康に関する調査・研究」など、市民の健
康・長寿に向けたプロジェクトを推進し
ています。今後もイベント参加やアンケ
ートなど、プロジェクトへのご協力をお
願いします。

健診を受けるには…

各家庭に配布している「健診ガイドブック」にある申
込書で申し込みます(申込書は市役所・各支所・市
民サービスセンターにも置いてあります)。健診希
望日の1週間前までに、受診を希望する医療機関
へ申込書を提出してください。

※今年度の健診は、9月30日までです
※各地区の特設会場で行う集団健診の受付(今年度分)は終了しています



健診の種類や受診料
などわかる虎の巻