尼崎市制 100 周年記念 × 尼崎市医師会設立 100 周年記念

5月8日 日曜日

『あなたのカラダにイイコトday開催！』

食べて！ 飲んで！ 観て！ 学んで！ 参加して、1日カラダにイイコトデー！

尼崎市制 100 周年記念
未来いまカラダシンポジウム

尼崎市医師会設立 100 周年記念
第1回 尼崎市適塩化フォーラム

日時：平成 28 年 5 月 8 日（日） 午前 9 時 30 分～午後 5 時まで
場所 ： **都ホテルニューアルカイック／市民広場／オクト前シビックギャラリー／中小企業センター4 階**／その他周辺施設

当日来場された方
先着500名様
限定！ トイレでこっそり
ウエストを測れる
メジャー付き
トイレットペーパー
1本プレゼント！

学んで！

シンポジウム 講演など

場所：都ホテルニューアルカイック 3 階 鳳凰の間

基調講演　ヘルスアップ尼崎戦略事業のこれまでとこれから
シンポジウム　脳・心臓血管病を防ぐまちを目指してきた取組みを振り返る
講演1　「**高血圧の予防とつき合い方**」
講演2　「**明らかになってきた認知症の予防**」
講演3　「**動物から学ぶ**～命輝かせて（**旭山動物園秘話**）」
旭川市立旭山動物園園長　**坂東 元** 先生
その他、**認知症予防体操**、**かるしおレシピ**など

観て！

映画上映
場所：都ホテルニューアルカイック はくちょうの間
日仏合作ドキュメンタリー
「千年の一滴 だし しょうゆ」

http://www.asia-documentary.com/dashi_shoyu/

上映時間：午前10時～午後4時30分まで、随時上映
第1章「だし：大自然のエッセンス」50分
第2章「しょうゆ：ミクロの世界との対話」50分
ヨーロッパで最も権威ある放送局ＡＲＴＥでアンコールが続き、9回にわたり放送された異色作。
「このドキュメンタリーは、食文化、あるいは日本文化について、これまでの理解をはるかに越えた世界へと、われわれを誘ってくれる。」
リュック・マルタン＝グセ（仏プロデューサー）

★5年連続ミシュランシェフによる玄米リゾットの試食・販売あり。

試して！

特定健診！

場所：中小企業センター 4 階
受付時間：午前 9 時 30 分～ 11 時
血圧測定、身体計測、内臓脂肪面積測定、血液検査、医師診察、体組成測定など
健康保険証を持って会場へ。費用は加入保険や年齢によって異なります。
詳しくは Web で
健診すすめ通信　検索

企業展示

場所：都ホテルニューアルカイック 3 階ロビー
フットマッサージ器（体験）、動脈硬化・血管年齢測定、内臓脂肪測定（体験）、栄養診断（体験）、健康関連書籍（販売）、すこしお（少塩）生活・グッズ（販売、試食）、ミネラルウォーター（サンプル配布）、尼芋のつるのつくだ煮（試食）、減塩食品（展示）など

相談して！

健康相談・減塩相談

場所：シビックギャラリー
尼崎市医師会医師や管理栄養士、薬剤師、保健師による相談

飲んで！

食べて！

『健康屋台』

場所：都ホテルニューアルカイック前市民広場
開催時間：午前 10 時 00 分～午後 4 時 30 分

- 野菜とフルーツのジェラート、お米のアイス
- 酵素玄米と無農薬野菜たっぷり弁当
- カフェメニューやローカロリースウィーツ
- コールドプレスジュース、温野菜サラダ
- 野菜たっぷり珍々鍋スープ
- 減塩野菜中華丼
- 炭火焼バーニャカウダ
- プランパン、野菜スムージー
- 野菜 100g たっぷりランチ
- 野菜青空市

5月8日 日曜日

食べて！ 飲んで！ 観て！ 学んで！ 参加して、1日カラダにイイコトデー！

「予防で救える命は死なせない」を合言葉に、尼崎市が生活習慣病対策「ヘルスアップ尼崎戦略事業」に取組んで丸 10 年。尼崎市医師会のご協力のもと、特定健診などをきっかけに、市民の皆さんの健康づくりの取組みが進み、民間事業者による環境づくりも進められるなど、市民、事業者、市が一体となったまちづくりが進んでいます。
100 周年を機に、これまでの取組みをふりかえり、未来に向けて考えます。**さあ、あなたも未来のカラダ、いまカラダ！**

講演などのスケジュール

都ホテルニューアルカイック 3F 鳳凰の間　**無料** 要予約

午前・午後の参加予約は…
尼崎市コールセンター 06-6375-5639
【月～金】午前 8 時 30 分～午後 7 時【土・日・祝】午前 9 時～午後 5 時

基調講演　午前 9:30～
ヘルスアップ尼崎戦略のこれまでとこれから
尼崎市長　**稲村 和美**

シンポジウム　午前 10:00～
脳・心臓血管病を防ぐまちを目指してきた取組みを振り返る
座長　尼崎市副市長　**村山 保夫**

国・大学・医師会・企業それぞれの立場から
① **メタボリックシンドローム**
大阪大学と尼崎市の 10 年とこれから
三井住友銀行大阪健康サポートセンター　**船橋 徹** 先生
② **本気で心筋梗塞・脳卒中を減らす！**
国の願いと健診制度
元厚生労働省健康局長　**矢島 鉄也** 先生
③ **生活習慣病管理と健診の意義：**
診療の立場から
尼崎市医師会会長　**黒田 佳治** 先生
④ **まちの健康ステーション：**新たな展開へ
(株)ローソンCHO補佐　**宮崎 純** 氏

講演　午前 11:45～
まちの健康環境づくりに向けて（仮題）
～健康経営の目指すもの
経済産業省商務情報政策局　**ヘルスケア産業課**（調整中）

講演 1　午前 1:30～
尼崎市医師会設立 100 周年記念
第 1 回尼崎市適塩化フォーラム
特別講演
高血圧の予防とつきあい方
～健康寿命の延伸は減塩から
森ノ宮医療大学学長／大阪大学名誉教授　**荻原 俊男** 先生

ワンポイントレッスン①　午後 2:00～
今日から我が家も**かるしおレシピ**

講演 2　午後 2:10～
明らかになってきた認知症の予防
国立循環器病研究センター神経内科医長
猪原 匡史 先生

ワンポイントレッスン②　午後 3:00～　大好評！
体験しよう**認知症予防体操**

～旭山動物園秘話～
講演 3　午後 3:30～　**動物から学ぶ**
～命輝かせて
旭川市立旭山動物園園長　**坂東 元** 先生

リレートーク　午後 4:30～
子どもの頃からの生活習慣病予防
市立幼稚園園長／市立保育所所長
尼崎市教育長　市内小児科医

10:00 4:30　映画上映
日仏合作ドキュメンタリー『千年の一滴 だし しょうゆ』
都ホテルニューアルカイック 3F はくちょうの間

10:00 4:30　屋台
カラダにイイ、メニューがいっぱい！『健康屋台』
市民広場

10:00 4:30　企業展示
カラダにイイ、企業の製品や研究を、見たり、聞いたり、体験できる！
都ホテルニューアルカイック 3F ロビー

9:30 11:00　特定健診
あなたの健康のために一年に一度、ぜひ、この機会に健診を受けよう！
中小企業センター 4F

10:00 4:30　健康相談・減塩相談
尼崎市医師会医師や栄養士、保健師が健康相談にのります
シビックギャラリー

尼崎商工会議所
会員募集中！
問い合わせ：06-6411-2251

歯の健康フェスタ 2016
6月5日(日)
尼崎市中小企業センター
午前1時～午後4時
(受付終了3時半)
問合せ／尼崎市歯科医師会 ☎ 06-6481-5932

暮らしに安心をプラス
尼崎市民共済
火災・交通・生命

"地域での助け合い・支えあい"
福祉協会（会員会・町会）にご加入ください！
社会福祉法人
尼崎市社会福祉協議会
06-6489-3850（代表）

尼崎市医師会設立100周年

Yakult

市民健康開発センター ハーティ21

カーム尼崎健診プラザ

公益財団法人 尼崎市スポーツ振興事業団

学校法人 園田学園

日本ケミファ株式会社

帝人ファーマ株式会社

株式会社 馬場酸素

スパイスの本

鯛のアラ出汁と、椎茸とめかぶの旨み「玄米リゾット」試食販売 5年連続ミシュラン「清水忠明」シェフ。銀座ラトゥール株式会社 LA TOUR

シオノギ製薬

興和創業株式会社

BOAT RACE 尼崎

主催　ヘルスアップ尼崎・適塩化実行委員会
後援　経済産業省

尼崎市、尼崎市教育委員会、尼崎適塩化計画推進委員会、尼崎商工会議所、日本高血圧協会兵庫県支部、全国健康保険協会兵庫支部、尼崎市医師会、兵庫県栄養士会、尼崎市薬剤師会、兵庫県看護協会、学校法人園田学園

お問い合わせ　尼崎市ヘルスアップ戦略担当　☎ 06-6489-6621