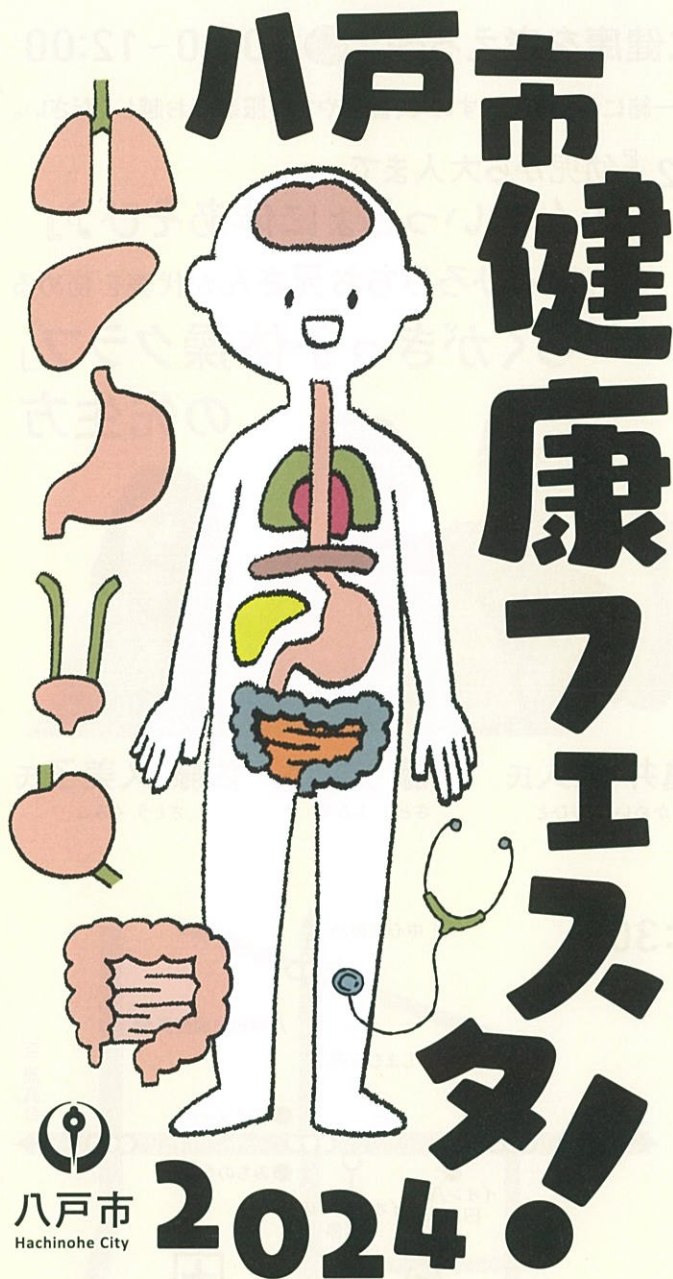




2024年9月29日(日)

🕒 9:00~16:00

📍 八戸市総合保健センター

(無料の駐車場あります)

🆓 無料 事前予約 不要

健康測定会 [明治安田生命相互保険会社]

📍 2階 介護予防センター

🕒 10:00~15:00 *最終受付 15:00

- 血管年齢測定
- ベジチェック (野菜摂取レベル測定)
- AGEs (体内の老化物質測定)
- 自律神経チェッカー (ストレス測定)

健康パネル展 & 相談・体験ブース

📍 1階 玄関前

■ 献血バスがやってきます! [青森県赤十字血液センター]

🕒 9:00~12:00 / 13:30~16:00 *最終受付 16:00

📍 2階 介護予防センター

■ 健康に関するパネル展示 🕒 9:00~16:00

■ がんの相談窓口 [八戸市立市民病院地域医療連携室
がん相談支援センター]
🕒 9:00~12:00

■ ことば・きこえ・飲みこみ相談窓口 [青森県言語聴覚士会八戸支部]
🕒 9:00~15:00 *最終受付 15:00

■ マッサージ体験・相談 [青森県鍼灸マッサージ師会]
🕒 9:00~16:00 *最終受付 15:00

■ 石こう模型プレゼント [青森県歯科技工士会]
🕒 10:00~12:00

■ 栄養食事相談 [青森県栄養士会八戸地区会]
🕒 10:00~12:00

■ フレイル関連の評価体験 [青森県作業療法士会]
🕒 10:00~15:00

■ お薬に関する相談窓口 [八戸薬剤師会]
🕒 10:00~15:00 *最終受付 15:00

講演会 ご来場プレゼントあります!



👤 [各講演] 先着150名

📍 1階 大ホール

📺 YouTube でライブ配信!

■ 市民フォーラム ~市民と共に健康を考える~

🕒 10:00~12:00

一緒に体操をしますので、動きやすい服装でお越しください。

1.『目からウロコの健康のはなし』

2.『幼児から大人まで
みんないっしょに体あそび♪』

主催: 八戸市医師会・デーリー東北新聞社

■ 市民公開講座

🕒 13:30~14:30

『骨を丈夫にする方法を教えましょう!
骨卒中を起こさないために』

出展団体: 八戸市立市民病院

美容体験ブース

[(株) POLA]

📍 1階 健康プロムナード

🕒 10:00~15:00

- ハンドトリートメント
- 肌分析

POLA

📞 お問い合わせ先 国保年金課 0178-43-9376

■ 市民フォーラム ～市民と共に健康を考える～ 10:00～12:00

一緒に体操をしますので、動きやすい服装でお越しください。

1.『目からウロコの健康のはなし』

弘前大学 特別顧問

講師 **中路 重之 氏**

なかじ しげゆき



昭和54年3月 弘前大学医学部卒業→平成16年9月～平成29年3月 弘前大学大学院医学研究科社会医学講座教授→平成24年2月～平成28年1月 弘前大学大学院医学研究科長(兼医学部長)→平成25年4月～令和4年3月 弘前大学COI拠点長→平成29年4月～令和6年3月 弘前大学大学院医学研究科社会医学講座特任教授→令和2年4月～令和6年3月 弘前大学学長特別補佐→令和6年4月 弘前大学特別顧問 現在に至る

【所属学会】体力・栄養・免疫学会

【専門】社会医学全般(地域保健)など

主催：八戸市医師会・デーリー東北新聞社

2.『幼児から大人まで みんないっしょに体あそび♪』

体操のひろみちお兄さんが代表を務める

講師 「らくがきっ子体操クラブ」
の先生方



亀井 教人氏 佐藤 文哉氏 佐藤 久美子氏
かめい のりひと さとう ふみや さとう くみこ

■ 市民公開講座 13:30～14:30

『骨を丈夫にする方法を教えましょう！ 骨卒中を起こさないために』

八戸市立市民病院 副院長 兼
第一整形外科部長 兼
リハビリテーション科部長

講師 **沼沢 拓也 氏**

ぬまさわ たくや



1998年弘前大学大学院医学研究科卒(医学博士)。弘前大学医学部整形外科学講座入局後、関連病院において脊椎外科を中心に診療を行い、2017年より八戸市立市民病院整形外科勤務。2024年より現職。日本骨粗鬆症学会認定医。日本脊椎脊髄病学会脊椎脊髄外科指導医。弘前大学医学部臨床教授。

出展団体：八戸市立市民病院



📍 八戸市総合保健センター

〒031-0011 青森県八戸市田向3-6-1

[参加団体]

八戸市医師会・八戸歯科医師会・八戸薬剤師会・青森県看護協会三八支部・青森県歯科衛生士会三八支部・青森県歯科技工士会・青森県臨床検査技師会三八支部・八戸地区柔道整復師会・青森県鍼灸マッサージ師会・青森県言語聴覚士会八戸支部・青森県作業療法士会・青森県栄養士会八戸地区会・八戸市食生活改善推進員協議会・八戸市総合健診センター・青森県赤十字血液センター・明治安田生命保険相互会社・(株)POLA・八戸地域広域市町村圏事務組合消防本部・八戸市立市民病院