



健康日本21



健康寿命をのばそう
Smart Life Project



美しく生きる。
健康寿命延伸都市・松本



ヘルスプロモーションシーズンイベント

健康日本21 推進松本大会

「健康寿命延伸都市・松本」～未来のこどもたちへ～

入場無料 事前申込制 平成26年 **10/4 (土)** [開場12:00] 13:00 ▶ 16:10

基調講演 1

健康長寿社会の 実現をめざして!

講師 **増田 和茂 氏**
[医学博士]



事例発表

世代を繋ぐ運動あそび

講師 **犬飼 己紀子 氏**
[体育学士]



基調講演 2

今日からみんなで 「カズフミくんストレッチ」

講師 **パイヤ鈴木 氏** [振付師]
おやじダンサーズ



会場 **松本市音楽文化ホール**

●公共の交通機関をご利用ください。
駐車場の数(約260台収容)に限りがありますので、
電車、バス等をご利用ください。



ロビー

関係団体によるブース出展(展示・体験)があります

●手話通訳があります

ご家族そろってお出かけください!

●お問い合わせ / 健康日本21推進松本大会事務局(松本市健康づくり課) TEL.0263-34-3217

主催：松本市 公益財団法人 健康・体づくり事業財団
後援：厚生労働省 健康日本21推進全国連絡協議会 スマート・ライフ・プロジェクト推進委員会 スマート・ライフ・プロジェクト
実行委員会：松本市医師会 松本市歯科医師会 松本薬剤師会 信州大学 松本大学 長野県栄養士会 中信支部 JA 松本ハイランド
松本市健康づくり推進員連合会 松本市食生活改善推進協議会 スポーツクラブ ルネサンス松本 スポーツネットワーク SAM 松本

● 開場 12:00～

開 会 13:00～13:20

● 展示・体験ブースオープン

● パイプオルガンの演奏 松本市音楽文化ホール専属オルガニスト:原田靖子氏

● セレモニー 主催者・来賓 あいさつ

基調講演1 13:20～14:00

● 健康長寿社会の実現をめざして!

講師：増田和茂氏(医学博士) 公益財団法人 健康・体力づくり事業財団 常務理事

事例発表 14:00～14:40

● 世代を繋ぐ運動あそび

講師：犬飼己紀子氏(体育学士) 松本大学人間健康学部スポーツ健康学科学科長

発 表 14:40～14:50

● まつもと元気アップ! 体操

..... 休憩 14:50～15:10

基調講演2 15:10～16:10

● 今日からみんなで「カズフミくんストレッチ」

講師：パパイヤ鈴木氏(振付師)、おやしダンサーズ

展示・体験ブース

団体等名	内 容	団体等名	内 容
松本薬師会	パネル(子どもの薬の飲み方)の展示/水の飲み比べ	松本市熟年体育大学	熟年体育大学の概要等
'S'ウェルネスクラブ松本(城西病院)	手軽にできる運動/健康相談等	松本市体力づくりサポーター	ロコモ度テスト/活動紹介
信州大学	食事診断/健康教育プログラムの配布等	松本市こども育成課	児童館等での運動教室の紹介
スポーツクラブ ルネサンス松本	ジュニアスクールの案内/その場でできる簡単な体操	松本市保育課	パネル(食育・園庭芝生化)の展示
スポーツネットワークSAM	ボール等を使った体操/体脂肪測定	松本市生涯学習課	パネル(地区公民館での食育講座)の展示
スマート・ライフ・プロジェクト事務局	ポスター・パンフレット等の展示	松本市福祉計画課	市民歩こう運動・四肢筋力アップ装置の展示
長野県栄養士会中信支部	食事相談/パネル(野菜摂取)の展示	松本市健康福祉部	ストレスチェックほか
松本大学	各種測定(身体組成・骨密度・体力)	松本市健康づくり課	まちかど健康相談/検診申込み受付
松本市食生活改善推進協議会	野菜の重量当て/活動紹介		

The Sustainable Healthy City, Matsumoto

参加申し込みについて

申し込み方法

- 参加者氏名、人数、住所、電話番号等を明記の上、FAX 又は郵送によりお申し込みください。
- 不明な点等ございましたら、[健康日本 21 推進松本大会事務局(松本市健康づくり課) TEL.0263-34-3217] までご連絡ください。
- 託児を希望される方は託児希望欄に人数を記入してください。定員10名になり次第、締め切ります。

申し込み締切

平成26年9月30日(火)

..... 健康日本21 推進松本大会 参加申し込み書 ● 下記のとおり申し込みます。

申し込み日	平成 年 月 日		
住 所 (代表者)			
電話番号 (代表者)	参加人数	人	
FAX番号 (代表者)	託児希望	人	
参加者氏名			

お問い合わせ

松本市健康づくり課 TEL.0263-34-3217

申し込み先

「健康日本21推進松本大会 参加申し込み書」に記入の上、FAX又は郵送によりお申し込みください。

松本市健康づくり課

FAX.0263-39-2523

〒390-8620 松本市丸の内3番7号