

# 医師会健康まつり

共同開催  
&

日時 10月26日(日)  
10:00~14:00

会場 島根県芸術文化センター  
グラントワ

駐車場 グラントワ  
益田市役所  
合同庁舎 ※近隣への駐車は  
ご遠慮ください

# 健康ますだ市21フェスティバル

## 医師会健康まつり

～めざせ、健康寿命プラス10歳!～

特別講演  
開会式

10:00  
~11:30  
小ホール



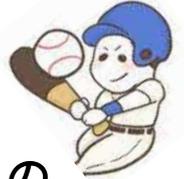
キーンホール他が当たる抽選会実施!

講師  
講演内容

元プロ野球選手

山崎武司氏

『目標達成のための  
セルフマネジメント』



座長 齊藤 洋司 益田地域医療センター医師会病院病院長

体験・展示

10:00  
~14:00  
スタジオ1  
ホワイエ

### 検査セクション

- 健康診断・簡易検査コーナー  
◀体組成(筋肉・体脂肪)・血管年齢・肌年齢・骨密度▶
- 認知症予防コーナー



### 紹介セクション

- もしバナゲーム、人生会議(ACP)
- 大腿骨近位部骨折二次予防啓発コーナー
- 市内医療介護施設紹介
- スマートヘルス事業紹介
- 企業展示(福祉車両、福祉用具、介護用品等)
- 歯科医師会



### 体験セクション

- 看護体験(バイタル測定、吸引等)
- ナース服の展示・試着、記念撮影
- 薬剤師による調剤体験
- 医療機器体験(内視鏡等)
- 未来につながる身体づくり、脳トレ体験ブース
- わくわく!アドベンチャーパーク(こどものあそび場)
- 栄養相談コーナー
- 在宅療養介護体験(福祉用具体験等)
- お口の健康コーナー(お口の機能測定、歯磨きチェック、舌圧測定)



### 飲食

- 居食処あんじょう ・ジビエ料理 一大 ・JAZZ&SOUND BAR MARUFUKU
- STAGIONE(スタジオオーネ) ・鉄板ダイニング Taishi
- BLUE-G DONUT&CAFE ・Leaf(リーフ)

### ワークショップ・販売

- atelier miiya(焼き菓子) ・Chocolat(ハンドメイド小物)
- 消しゴムハンコ 海音工房-ウミネコウボウ(ワークショップ)
- バルーンショップ BLUESKY(バルーンアート)
- ペットのおやつocomaru(ペット菓子) ・ワイヤーアート

※飲食・催しの出店時間は店舗により前後する場合がございます

協力  
企業

- 出雲医療看護専門学校 ・島根日産自動車(株)益田店 ・ダスキンヘルスレント島根西ステーション
- 東洋羽毛中四国販売(株) ・ネットトヨタ島根(株)益田店 ・(株)ハーツ ハートケア事業部
- パラマウントベッド(株)広島支店 ・益田ヘルスケア推進協会 ・ユニ・チャーム(株)

※五十音順 ※飲食・販売系は上記参照

主催  
お問い合わせ

公益社団法人益田市医師会  
医師会健康まつり実行委員会事務局  
☎0856-31-0545

後援

益田市

共催

健康ますだ市21推進協議会



MASUDA\_MEDICAL\_ASSOCIATION

# 医師会健康まつり

共同開催  
&

日時 10月26日(日)  
10:00~14:00

会場 島根県芸術文化センター  
グラントワ

駐車場 グラントワ  
益田市役所 合同庁舎 ※近隣への駐車は  
ご遠慮ください

## 健康ますだ市21フェスティバル

# 健康ますだ市21 フェスティバル

～楽しく続けよう一人ひとりの健康づくり～

### 開会式

- 《小ホール》10:00～  
●益田版益ます元気体操

### 式典

- 《小ホール》11:40～  
●ますだ版7020良い歯の表彰



### 展示・体験コーナー

- 《ホワイエ》  
10:00～14:00
- 20地区の活動紹介
  - 益田保健所
  - 地域医療対策室
  - あゆみの里による  
手話体験コーナー

### 専門部会コーナー

《多目的ギャラリー》10:00～14:00



#### 食生活部会

- 地産地消甲子園  
一品料理コンテスト投票
- ベジチェック(一日の野菜摂取量の測定)
- 一日に食べて欲しい野菜の量の展示



#### 運動部会

- 体力測定  
(長座体前屈、開眼片足立ち)
- 子ども向け  
体力測定



#### 歯科部会

- ミニ講話
- グミを使って  
咬合力検査



#### 心の健康部会

- ストレス測定
- ストレス発散方法の  
紹介(展示)



問い合わせ先

健康ますだ市21推進協議会 事務局 益田市健康増進課 ☎31-0214