

しずおか健康いきいきフェア

日時：令和6年12月12日(木) 13:15~16:00
会場：静岡県総合社会福祉会館「シズウエル」7階
(静岡市葵区駿府町1-70 ※新静岡駅から徒歩7分)



パネルディスカッション

13:15~14:30

〈座長〉 佐古 伊康 公益財団法人しずおか健康長寿財団 理事長

『健康寿命をのばそう!』 ~人生100年時代を生き生きと過ごすために~

健康寿命の3要素である「運動」「食生活」「社会参加」について、各分野の専門家が生き生きと過ごすための工夫をお伝えします。



- 〈運動〉 望月 美春 氏 有限会社コムネット 代表取締役健康運動指導士
〈食生活〉 溝田 友里 氏 公立大学法人静岡社会健康医学大学院大学 准教授
〈社会参加〉 川田 敦子 氏 静岡県健康福祉部健康局健康増進課 課長

ブース展示

14:30~16:00

健康づくりサポーターによる健康づくりに関する商品展示や情報提供

くふうハヤテベンチャーズ
66年ぶりの「挑戦」
プロ野球選手の食生活&握手会

ポーラザビューティSBS通り店
ショップ美's
ハンドトリートメント・お肌悩み相談

(株)日本旅行静岡支店
認知機能チェック&トレーニング

しずおか姿勢改善ステーション
コンディショニング体験会

静岡市ノルディック・ウォーク愛好会
ノルディック・ウォーク体験会

Neutral Position TC
正しい姿勢で健康長寿!
あなたの運動機能をチェックしてみよう

NPO法人国保ヘルスアップ事業
支援協議会
ブローゴルフ体験・毛細血管観察

(株)明治
頼れる!!栄養応援団
たんぱく質について



ブース横にはリアル野球盤
コーナーがあります。
ぜひ体験してみてください。



どなたでも参加いただけます。 ※申し込みは事前に財団HPよりお願いします。みなさまのご来場をお待ちしています。

申込・問合せ

公益財団法人しずおか健康長寿財団
(しずおか健康いきいきフォーラム21事務局)

電話 054-253-4221 FAX 054-253-4222
財団ホームページ→ <https://www.sukoyaka.or.jp/>

