

入場無料

令和5年度 熊本市民 健康 フェスティバル

11/19日

10:00~16:00

〈開会式9:30~〉

会場 熊本城ホール
1F展示ホール

熊本市中央区桜町3-40



※熊本城ホールには駐車場がございません。近隣の有料駐車場をご利用ください。

健康に役立つたくさんのコーナーで
皆様をお待ちしています!

- 目の健康相談 ■歯科相談 ■お口の健康
- お薬相談 ■あなたも私もみんなで子育てを楽しもう!!
- まちの保健室(身体測定) ■栄養・食事相談
- 医療と放射線 ■臨床検査(血管年齢測定)
- 理学療法(体力測定) ■作業療法(認知症検査)
- ストレスチェック ■いのちのエンジニア
- 歯科技工(石膏フィギュアの色ぬり)
- 言語聴覚士が行う小児リハとは?発達や言葉等のお悩み相談
- 在宅ケア ■地域の高齢者の相談窓口「ささえりあ」ってなあに?
- 知って安心!在宅・救急医療
- 食生活改善推進員の活動紹介 ■8020推進員の活動紹介
- 健康ポイント事業、生活習慣病対策、がん検診、禁煙手帳
- 学校保健会 ~学校における健康教育~ ■オストメイト
- 日本リウマチ友の会 ■熊本県移植医療推進財団
- 鍼灸(相談) ■熊腎協(透析)

メディカルアロマ
アロマ香水(オイルタイプ)作成

先着
400名

ステキな商品が当たるかも!?

スタンプラリー開催!

先着
600名

熊本市民健康フェスティバル 催し物のご案内 **入場無料**

令和5年11月19日(日) 10:00~16:00 熊本城ホール 1F展示ホール

■熊本県眼科医会・目の健康相談

■歯科相談

(健診と相談)(口臭測定)

■お口の健康

(お口の細菌チェック)(お口のケアポイント)

■お薬相談

(お薬に関する相談/飲み合わせ・副作用・サプリメント等)

■あなたも私もみんなで子育てを楽しもう!!

(女性の健康相談・育児相談)

(妊婦体験・赤ちゃん抱っこ体験)(乳児体重測定)

■熊本県看護協会「まちの保健室」

(血圧測定・体脂肪測定・健康相談)

(身体測定)(手洗いチェック)

■栄養・食事相談

(栄養・食事相談)(食生活アドバイス)

■医療と放射線

(放射線クイズ)(被ばく相談)

■臨床検査

(血管年齢測定検査)(ヘモグロビン(貧血)測定検査)

■理学療法(体力測定)

(握力)(開眼片脚立位)(立ち上がり歩行(TUG))(5m歩行)

■作業療法

(しおり作成)(認知症検査)

■ストレスチェック

(ストレスチェックシートによるストレス度測定)

■歯科技工

(石膏フィギュアの色塗り体験)

■いのちのエンジニア

(医療機器の展示・操作体験)

■口腔機能・嚥下(飲みこみ)機能評価とトレーニング実演 (嚥下、口腔機能のスクリーニング)(トロミの美食)

■言語聴覚士が行う小児リハとは?

発達や言葉等のお悩み相談

(お子様についてお悩み相談(発達や言葉等))

■在宅ケア

(在宅ケアの相談・紹介)(家庭での介護方法)

(家庭での介護方法)(日常生活用具、介護用品の展示)

■地域の高齢者の相談窓口「ささえりあ」ってなあに?

(ささえりあ職員による相談)

■学校保健会 ~学校における健康教育~

(いのちを救うAED体験)

■知って安心! 在宅・救急医療

(在宅医療や救急医療に関する相談)

■食生活改善推進員の活動紹介

■8020推進員の活動紹介

■健康ポイント事業、生活習慣病対策、がん検診、禁煙手帳

■鍼灸(相談)

■熊腎協(透析)

■オストメイト

(ストーマ装具展示)

■日本リウマチ友の会

(相談)

■熊本県移植医療推進財団

(移植相談)

■スタンプラリー〈先着600名〉

■メディカルアロマ〈先着400名〉

(アロマ香水(オイルタイプ)作成)



主催 熊本市、熊本県医師会、熊本市医師会、熊本市保健医療専門団体連合会(熊本市医師会、熊本市歯科医師会、熊本市薬剤師会、熊本県助産師会、熊本県看護協会、熊本県栄養士会、熊本県放射線技師会、熊本県臨床検査技師会、熊本県歯科衛生士会、熊本県理学療法士協会、熊本県作業療法士会、熊本県医療ソーシャルワーカー協会、熊本市歯科技工士会、熊本県臨床工芸士会、熊本県言語聴覚士会)、熊本日日新聞社

後援 熊本県、熊本市教育委員会、NHK熊本放送局、熊本放送、テレビ熊本、くまもと県民テレビ、熊本朝日放送、エフエム熊本、FM79.1

協力 熊本市老人クラブ連合会、熊本市地域婦人会連絡協議会、熊本市PTA協議会、熊本県健康を守る婦人の会熊本支部、熊本市社会福祉協議会、熊本市保険按摩鍼灸師会、熊本県腎臓病患者連絡協議会、熊本市鍼灸マッサージ師会、熊本市民生委員児童委員協議会、熊本県移植医療推進財団、日本オストミー協会熊本県支部、熊本市老人福祉施設協議会、熊本市食生活改善推進員協議会、熊本市訪問看護ステーション連絡会、熊本市シルバー人材センター、熊本市地域包括支援センター連絡協議会、日本リウマチ友の会熊本支部、熊本市8020健康づくりの会

(順不同)

※熊本城ホールには駐車場がございません。近隣の有料駐車場をご利用ください。
※催し物は都合により一部変更する場合があります。

令和5年度 市民講座・医専連シンポジウム

「人生100年時代」に向けて

～平均寿命・健康寿命・超高齢化社会を考える～

日時 令和5年 **11月4日(土)** 14:00～16:30

参加無料(定員200名)

会場 **熊本市医師会館 2階講堂**

熊本市中央区本荘3-3-3

ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。



日本は世界の中でも、平均寿命および健康寿命が最も長い国とされています。今後も、平均寿命は延びる傾向で、この先100歳まで生きられる時代、つまり「人生100年時代」が当たり前になると考えられています。しかし、どんなに平均寿命が延びたとしても、健康寿命との差が大きければ不健康な状態が長期になり、医療費や介護費の負担が増えることでしょう。この「人生100年時代」を豊かに生きていくためには、健康管理が重要となります。

今回は、各専門職の立場から様々なヒントをご紹介しますので、少しでも皆様の人生設計にお役立ていただければ幸いです。

基調講演

健康で幸せな百歳社会を共に創る

～健康寿命をめぐる研究と
人生100年時代の生き方のヒント～

講師 **首藤 剛**

(熊本大学薬学部 遺伝子機能応用学講座 准教授)

シンポジスト

医師

津野田 尚子

(メモリー・メンタルクリニック
みつぐまち診療所 院長)

テーマ

人生100年時代

～私たちは認知症とどう向き合っていくか～

歯科医師

小野 秀樹

(熊本市歯科医師会 副会長)

テーマ

人生100年時代をいかに健康に生き切るか

～口腔の健康と健康寿命～

栄養士

松下 美由紀

(熊本県栄養士会 地域活動事業部長)

テーマ

生きることは食べること

～100年を健やかに生きるための栄養学～

理学療法士

波多埜 克宜

(熊本県理学療法士協会 理事)

テーマ

人生100年時代

～頑張りすぎない生活でつかむ。上手に動いて健康!～

お申し込み

参加にはお電話での事前申し込みが必要です。

熊本市医師会事務局 TEL **096-362-1221**

●土日祝を除く(9時～17時) ●申込時の個人情報、本講座の連絡・確認のためだけに利用します。

主催：熊本市保健医療専門団体連合会(熊本市医師会、熊本市薬剤師会 ほか 全15団体)