

第3回 中野区 健幸どまんなか市

～よりよい生活習慣と楽しい社会参加で、健幸に暮らそう～

「健幸」= 健康で幸せ
身体面の健康だけでなく、人々が生きがいを感じ、
安心安全で豊かな生活を送れること

3月14日(金)

開場 10:00～16:00

会場 中野区役所1階

ナカノバ／シェアノマ／ミーティングルームA



- 身体のいろんな測定&体験
- 健康相談 栄養相談

入場
無料

▼ 出展情報は
こちらから

共催

中野区 地域支えあい推進部 地域包括ケア推進課
公益財団法人 日本ヘルスケア協会

協力

中野区フリー活動栄養士会・明治安田生命保険相互会社・
M&F (株)・(株) D-attend・(株) hare・(株)カーブスジャパン・
ホームネット(株)・エルズサポート(株)



中野健幸どまんなか市MAP

※各ブース、待ち時間が発生する場合がございます。

いろんな測定で健康を知る。
今こそ、自分の健康を
見つめ直すチャンス!!!

測定された方に 健幸に関する サンプリング

をお配りします!!
※なくなり次第終了

サンプル
配布

シェアノマ

体験 ①



ミーティング
ルームA

体験 ②



ナカノバ

コミュニケーションゾーン
タマリバ

サンプル
配布

体験 ③

展示

ステージ
企画



出展予定

シェアノマ

体験 ①

- 足圧計測定
- 理学療法士による健康相談
- フットケアスペシャリストによる爪・角質相談
- 健康運動指導士等によるグループプレッスン
- 整形疾患予測

ミーティング
ルームA

体験 ②

- 骨密度測定
- 血中酸素濃度測定
- 脳年齢測定
- 握力測定
- 肌年齢測定
- 塩分チェック
- 血圧測定
- 野菜摂取量測定

ナカノバ

体験 ③

- 家財整理相談
- リフォーム相談
- 栄養相談
- 社会的健康度測定
- 握力測定
- 最終糖化物質測定
- 血管年齢測定
- 野菜摂取量測定
- ゴムチューブを使った運動体験

展示

健幸に関する取り組み等を紹介

ステージ
企画

「やってみよう!正しい手洗い」他、健幸に役立つセミナーや動画上映を実施

協力

NIC+ JAHI

*中野区地域包括ケア推進パートナーシップ(NIC+)協定事業者の皆様

* (公財)日本ヘルスケア協会の会員企業の皆様