

第1回「中野」 健幸どまんなか市

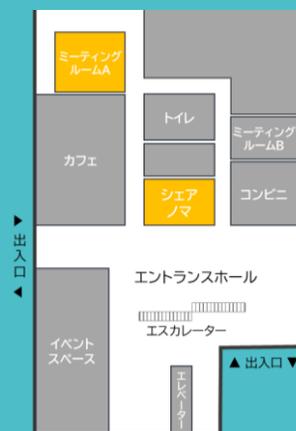
～よりよい生活習慣と楽しい社会参加で、健幸に暮らそう～

「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

6月13日(木)

開場 10:00～15:00

会場 中野区役所1階
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
- 歩行相談 栄養相談

入場
無料

▼ 出展情報は
こちらから



第1回 中野 健幸どまんなか市 プログラム

体験

公益財団法人日本ヘルスケア協会

超高齢社会における健康寿命延伸とヘルスケア産業育成の実現を目指す、ヘルスケアに関する有識者、産業、関係者が集まった民間唯一の団体



- * 握力測定
- * 血中酸素濃度測定
- * ヘモグロビン推定値

体験

中野区フリー活動栄養士会

中野区の高齢者会館などで栄養講座を行い、栄養・食生活の面から区民の健康づくりに貢献している栄養士グループ



- * 栄養相談
- * カードで示す1600kcalの献立例

体験

明治安田生命保険相互会社

個人・企業向けの各種生命保険・年金商品などの金融商品の販売に加え、地域での健康講座を行うなど地域健康づくりにも貢献

明治安田

- * ベジチェック
- * 血管年齢測定

体験

M&F 株式会社

あらゆる足のトラブルに対し、理学療法士や健康運動指導士など『足の専門家』が一人ひとりの足の状態を見極め、適切なサービスを提供



- * 足圧計による重心チェック
- * 姿勢や歩行の相談

セミナー

10:00~10:50

株式会社プラスロボ

『メディアで話題！介護福祉の有償ボランティア「スケッター」が目指す令和の互助インフラとは？』

無資格、未経験、すきま時間でも。誰でも気軽に地域の助っ人になれる「スケッター」の取り組みを紹介します

セミナー

11:00~11:50

中野区フリー活動栄養士会

『何をどれだけ食べたらいいの？』

参加型セミナーで食事のバランスと適量を知るためのアドバイス

セミナー

13:00~15:00

公益財団法人日本ヘルスケア協会

13:00~13:20	「民間が取り組む地域包括ケアシステムの役割と意義」	福田英二 氏
13:25~13:45	「認知機能を高めるハンドケア」	(株)ソフィアハーモニー 池田明子 氏
13:50~14:10	「窓から考える健康快適生活とは」	YKK AP(株) 白瀬哲夫 氏
14:15~14:35	「長生きの秘訣!『噛むこと』の大切さ」	UHA味覚糖(株) 松川泰治 氏
14:40~15:00	「油断大敵! ~正しい感染予防~」	サラヤ(株) 吉田智 氏

展示

東京電力パワーグリッド株式会社荻窪支社

株式会社エナジーゲートウェイ

株式会社プラスロボ

公益社団法人中野区シルバー人材センター

中野区障害者福祉事業団 (ニコニコ事業団)

D-a t t e n d

NAKANO Wellness, Welcome, Wellbeing Project

中野区では、だれもが健康かつ生きがいを持ち、安心安全で豊かな生活を送れる「スマートウェルネスシティ (SWC)」の理念を踏まえ、地域包括ケア体制の構築を目指しています。

中野健幸どまんなか市は、中野区地域包括ケア推進パートナーシップ (NIC+) 協定の事業者様、関係団体の協力の下、開催しています。

「ナカノ・インクルーシブ・ケア・パートナーシップ協定」



NAKANO Inclusive Care Partnership Agreement