

石巻焼そば・  
地場産品等販売



第7回

～つなげよう食と健康  
のばそう健康寿命～

石巻市民

# 食育健康フェスティバル

**メタボからの脱出**  
男性ワースト1位、女性2位

AM 9:30～開場  
先着1,200名様へ粗品プレゼント!!  
AM 10:00～AM 10:15  
開会せしモニー(アリーナ)

幸せ料理研究家

こうちゃんによる  
食育トークイベント



～いしのまきの  
「すこやかな体と心を  
育む豊かな食」を未来へ  
つなごう～



相田 幸三氏  
(愛称 こうちゃん)

場所 大会講堂

時間 AM 10:30～11:15

AM 10:15～PM 2:30  
ブースオープン(体験・展示等)  
アリーナ・コモレピフォーラム等

展示コーナー

- \*保育所・幼稚園の食育活動
- \*生活習慣病を予防しよう!
- \*1日に食べたい野菜350gの目安
- \*糖分・塩分の量を見てみよう!
- \*食生活改善推進員・保健推進員の活動紹介
- \*がん予防コーナー
- \*献血PR 等

お楽しみ  
試食コーナー

AM 11:30～

- \*こうちゃんの地場産品メニュー  
 笹かまの炊き込みご飯  
 わかめときゅうりのツナムル
- \*地元産野菜と米粉で作ったサラダクレープ

相談コーナー

- \*歯科相談・歯みがき指導(歯科医師、歯科衛生士)
- \*お薬・禁煙相談 お薬手帳をお持ちください
- \*食の安全・安心に関する消費者相談
- \*塩分測定(みそ汁をお持ちください)

体験コーナー

- \*静脈血栓エコー検査
- \*動き年齢測定
- \*血圧・血管年齢測定
- \*口コモ度チェック
- \*骨密度測定
- \*体成分測定
- \*内臓脂肪測定
- \*玄米ダンベル体操

お楽しみ  
子ども向けコーナー

- \*フッ素塗布体験
- \*お菓子で作る「こども調剤体験」
- \*こどもの遊び
- \*食育紙芝居上演「いのちをいただく」
- \*食べ物パズル

健康O×クイズ!!

血圧計等が当たります。

AM 11:50 スタート

キッズじゃんけん大会!!

(中学生以下対象)

3名に図書カード  
プレゼント!

PM 2:00 スタート



ベガタも  
登場!

ベガタ仙台  
健康体操教室



平瀬智行氏  
@VEGALTA SENDAI

平瀬智行クラブコーディネーター

ベガタチアリーダーズ

場所 アリーナステージ

時間 PM 1:00～1:50



ブースオープン後に  
整理券を配布

- \*体成分測定
- \*動き年齢測定
- \*静脈血栓エコー検査
- \*骨密度測定
- \*内臓脂肪測定
- \*血管年齢測定

平成30年 10月14日(日) AM 10:00 PM 2:30 石巻市遊楽館

シャトルバス (注) 駐車場の台数に限りがありますので、シャトルバスをご利用下さい。

往路	向陽コミセン 経由	石巻駅前 (バスきっぷ売場前)	→	向陽コミュニティセンター (向陽小学校前)	→	遊楽館	復路	向陽コミセン 経由	遊楽館	→	向陽コミュニティセンター (向陽小学校前)	→	石巻駅前 (石巻市公バス停のりば)
	第1便	9:05		9:20		9:45		第1便	13:00		13:30		13:45
	第2便	10:35		10:50		11:15	第2便	14:40		15:20		15:35	
往路	開成 経由	ホームマック石巻東店	→	開成仮診療所前 (総合運動公園入口)	→	遊楽館	復路	開成 経由	遊楽館	→	開成仮診療所前 (総合運動公園入口)	→	ホームマック石巻東店
	第1便	8:55		9:15		9:45		第1便	14:00		14:35		14:55

■主催/石巻市民食育健康フェスティバル実行委員会 ■後援/石巻市、宮城県東部保健福祉事務所

お問合せ先/フェスティバル実行委員会事務局 (石巻市健康部健康推進課) TEL/95-1111 (内線2410, 2412)

## 第7回石巻市民食育健康フェスティバル開催要領

1 名 称 第7回石巻市民食育健康フェスティバル

2 テーマ 『 つなげよう食と健康、のぼそう健康寿命 』

3 目的

食育健康フェスティバルは、食育推進計画の基本理念「石巻のすこやかな体と心を育む豊かな食を未来へつなごう」の実現、並びに石巻市第2次健康増進計画の基本理念「一人ひとりの健康づくりをみんなで支えるまちづくり」の実現に向けて、「食育」の推進と「健康増進」の普及を併せ、融合した事業を展開・実施することにより、市民の健康づくりを推進普及することを目的とする。

4 実施日時 平成30年10月14日（日）午前10時から午後2時30分まで

5 会 場 遊楽館

6 主 催 石巻市民食育健康フェスティバル実行委員会

7 後援予定 石巻市、宮城県東部保健福祉事務所

8 事業内容

(1) トークイベント

(2) 健康相談コーナー（歯科、育児、こころ、お薬、各種相談等）

(3) 体験コーナー（ダンベル体操、スクエアステップ等）

(4) 食育コーナー（展示、試食等）

(5) 地場産品の販売コーナー

(6) その他（DVT検診、体組成測定、骨密度測定、血管年齢測定、血圧測定、各種パネル展示、抽選会 ほか）