

秋田大学×秋田魁新報社 連携事業

# 健康と長生きの 秘訣を学ぶ 応援フェア

## 秋田大学医学部

日時 平成30年

3月23日(金)・24日(土)

12:30~16:00 10:00~16:00

会場

秋田拠点センター  
ALVE (アルヴェ)

### 入場無料

3/23(金) 24(土) 1F きらめき広場 どなたでもご参加いただけます。お気軽にお立ち寄りください!

**参加自由** 秋田大学医学部附属病院 看護部&栄養管理部 健康チェック

- 3/23(金)
- 認知症チェック ●認知症に関する相談 ●がん相談
  - 感染に関する相談 ●糖尿病に関する相談
  - 生活習慣病リスク測定 ●乳がん自己検診法
  - 医療・福祉相談 ●食事・栄養相談

- 3/24(土)
- 心臓病のリハビリと生活相談 ●がん相談
  - 感染に関する相談 ●糖尿病に関する相談
  - 生活習慣病リスク測定 ●乳がん自己検診法
  - 医療・福祉相談 ●食事・栄養相談

認定看護師を含む秋田大学医学部附属病院の看護師・管理栄養士がご相談に応じ、アドバイスいたします!

※受付順にご案内します。※ご相談内容などによって所要時間が異なります

Talk Show

どくまむし さんだゆう

## 毒蝮三太夫

3/24(土) 来場!!



俳優・タレントの毒蝮三太夫氏の毒舌健康トーク炸裂! 笑いを通じて健康長寿の意識を高め生活習慣を改善しよう!

ミニステージコーナー

看護師による健康アドバイス

管理栄養士による栄養アドバイス

& 協賛社による健康関連情報・商品・サービス紹介

3/23(金) 2F 多目的ホール

事前申込必要

1 健康長寿を目指す 県民フォーラム 12:30~16:00 先着 300名

第1部 記念講演

鎌田 實氏 (かまたみのる)

東京医科歯科大学医学部卒業後、長野県・諏訪中央病院へ赴任。「地域包括ケア」を実践し、脳卒中死亡率の高かった長野県はいまや長寿日本一、医療費も安い地域となった。著書は「がんばらない」「検査なんか嫌いだ」「鎌田實の幸せ介護」など多数。日本テレビ「news every.」など、TV、ラジオ番組に出演中。



第2部 リーディングドクターによるミニ講座

『健康長寿日本一を目指して』

秋田大学副学長

伊藤 宏氏



『たばこをやめて健康になろう』

秋田大学医学部附属病院 呼吸器内科 講師

佐野 正明氏



『塩分に気をつけて長生きしよう』

秋田大学医学部附属病院 循環器内科 講師

飯野 健二氏



『健康寿命とロコモティブシンドローム』

秋田大学医学部附属病院 整形外科 教授

島田 洋一氏



第3部 パネルディスカッション

●鎌田實氏、リーディングドクター4名が参加(進行:伊藤宏 秋田大学副学長)

第3部終了後、鎌田實先生の著書ご購入の方限定サイン会を行います

3/24(土) 2F 多目的ホール

事前申込必要

2 健康と長生きのための実践講座 ~いつまでも安心して秋田で暮らせるために~ 10:00~12:00 先着 200名

●司会 / 秋田大学医学部医学系研究科長・医学部長 尾野 恭一氏

『がんを知って、がんときあう』

秋田大学医学部保健学科 臨床看護学講座教授

安藤 秀明氏



『自分らしく元気に暮らそう “今日用”と“今日行く”はありますか?』

秋田大学医学部保健学科 地域生活支援看護学講座教授

中村 順子氏



『住まいをより安全に、快適に、自分らしく』

秋田大学医学部保健学科 作業療法学講座教授

金城 正治氏



『「今」からでも遅くない定期貯筋』

秋田大学医学部保健学科 理学療法学講座教授

若狭 正彦氏



3 今日から始める簡単体操 1回目13:30~ 2回目14:45~

事前申込必要

各回先着 100名

『肩こり体操と筋膜リリース』

秋田大学医学部保健学科 理学療法学講座助教

齊藤 明氏



『いいあんべ体操筋トレ編』

秋田大学医学部保健学科 理学療法学講座教授

若狭 正彦氏



『コグニサイズで認知症予防』

秋田大学医学部保健学科 地域生活支援看護学講座助教

藤田 智恵氏



動きやすい服装でお越しください



目指せ! 健康寿命日本一!

申込方法

多数のご入場が予想されるため、事前申し込みを受け付け、入場券を郵送します。

ハガキにご希望の番号(1~3、複数希望可・3をご希望の方は1回目・2回目を別)、入場を希望される人数、代表の方の郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、健康と長生きに関する質問を明記の上、〒010-8601秋田魁新報社営業局内「健康と長生き応援フェア」あてにお送りください。FAX.018-863-1681 メール kokoku-web@sakigake.jpでも受け付けます。定員になり次第締め切ります。※個人情報が入場券の郵送のみに使用いたします

秋田駅に集まれ!

ノーザンステーションゲート秋田

## 1周年記念フェスティバル

2018 3/24(土)・25(日)

24日 10:00~16:00 25日 10:00~15:00

お問い合わせ先 株式会社ソレイール日本企画 TEL:018-831-0962 (平日10:00~12:00、13:00~17:00(土・日・祝日を除く))

