

国分寺市制施行60周年記念



国分寺市健康フェスタ

～健康寿命も準備が9割～

9.15日

時間：10：00-15：00

会場：cocobunjiプラザ

基調講演・トークセッション

第2次健康増進計画において、新たな施策に位置付けた「女性の健康づくりの支援」について皆さんと考えます。ご自身やパートナー、ご家族、身の回りの方の健康について一緒に考えてみませんか。

〈基調講演〉

西ヶ谷 順子先生

国家公務員共済組合連合会 東京共済病院 婦人科部長

ご専門：女性医学、婦人科腫瘍



西ヶ谷 順子先生

〈トークセッション〉 進行：市健康部長

☆西ヶ谷 順子先生

☆後藤 英子先生

東京大学大学院 医学系研究科公共健康医学専攻

医療コミュニケーション学分野 特任助教

市健康増進計画策定検討委員会委員長



後藤 英子先生

ミニセミナー



（事前申し込み。詳細は市HPまたは健康推進課へ）

12：30～13：00

ファイザー株式会社

江田 誉（医師・医学博士）

ワクチンのこと、ご存じですか？
～感染症からみんなを守ろう！
赤ちゃんからお年寄りまで
身近なワクチンの役割～

13：10～13：40

東京都国分寺市歯科医師会

横山 雄士（歯科医師）

『知ってトクする？歯の話』

口は全身の健康と深く関わっています。口にもつわる健康情報を知っていることは病気を防ぎ、元気で長生きするための近道に。

13：50～14：20

東京都多摩立川保健所

保健師

こころの健康を保つために
～自分を大切に、ほっと一息～

14：30～15：00

市健康推進課

管理栄養士・保健師

いざ！という時も安心して
食べられるように
～有事に備えて～

主催：国分寺市

お問い合わせ先：国分寺市 健康部 健康推進課

042-321-1801



ブース紹介

国分寺市医師会の活動紹介



「市民健康講演」「訪問看護ステーション」「予防接種センター」の一部について展示でご紹介します。これまでに開催した健康講演のテーマと内容、訪問看護ステーションではどんなサービスを利用できるか、身近な予防接種や普段なじみがないけれど大事な予防接種についてなどをご紹介します。

東京都国分寺市歯科医師会



一般社団法人
東京都国分寺市歯科医師会

通常診療の他、国分寺市、東京都よりの委託事業で市民のお口の健康に少しでも寄与できるよう活動している、国分寺市歯科医師会です。ブースでは、成人歯科健診・いきいき口腔健診のPRや、小児歯科相談、歯磨剤の選び方アドバイス等を予定しています。ご来場をお待ちしております。

こくやく（国分寺市薬剤師会）



薬剤師・薬局の機能・役割など、知っているようで知らない薬に関する素朴な疑問にお答えします。例えばお薬手帳などの有効的な活用法をお伝えできたらと思っています。普段利用している薬局をより活用していただけるように、当日はお聞きしながら一緒に考え相談できる場にしたいと思います。

セブン-イレブンで考える食の安全・安心



セブン-イレブン商品を通じて食育に関する取り組みをご紹介します。また出張授業を通じて早稲田実業学校生徒様に作成頂いた「やさいどり」「てまえどり」POPのご紹介、生徒様考案食育メニューをご紹介します。

リオネット



国分寺生まれの補聴器・聴力検査機器ブランドの「リオネット」です。簡易聴力チェック機器や最新補聴器をご紹介します。補聴器っていつから使ったらいいの？など聞こえの健康や補聴器のご相談も承ります。

日立が描く健康×デジタルの未来



AIや計測技術を使った「効果の見える」健康づくりの方法をご紹介します。(協力：エーテララボ株式会社)
(1) スポーツの練習効果を体感できるスマートフォンアプリ(ゴルフパッティングの体験デモあり)
(2) エビデンスに基づく介護予防をめぐす日立×スタートアップの取り組み

大塚製薬株式会社



日々の健康のためバランスの取れた食事は必須です。忙しい毎日にもバランス栄養食を加えてみませんか？

歩いて健康になろう ～歩幅計測マット 「ステップ・るーらー」～



大きな歩幅で歩くと、全身の筋肉が活発に動き、脳が活性化し、認知症や抑うつ予防になることが分かっています。歩幅計測マット「ステップ・るーらー」の体験から、自分の適性歩幅を知り、日常生活の中で歩幅に意識を向けて歩いてみましょう！

～感染症からみんなを守ろう！赤ちゃんからお年寄りまで、身近なワクチンの役割～



感染症から自分を守る・大切な人を守るために、感染症対策について考えていただくきっかけとなるように、冊子を手にとっていただきながら、動画を見ながら、ゲーム感覚で楽しみながら、感染症対策を赤ちゃんからお年寄りまで全世代で考えてみましょう！

国分寺市健康推進課



市が実施している健診(検診)、健康講座、予防接種や、健康づくり関連の情報提供コーナーです。健康推進課職員がご案内いたします。ぜひお立ち寄りください。簡単なバルーンアートを用意しております。

※市として特定の商品や見解等を推奨するものではありません。

防災フェスタ
合同企画

子ども体験コーナーで、カエルポイントGET!!
10月6日の防災フェスタで、カエルポイントをおもちゃや防災備蓄品と交換しよう!



カエルポイント
MESSAGE FROM 1935 AT KOBE

日時：令和6年10月6日(日)10時から14時
場所：都立武蔵国分寺公園 円形広場(国分寺市泉町2-1-1)

ホッチも
応援にいくね



体験イベント協力

(高齢者軽体操・ベビトレヨガ等)

学校法人 藤村学園
東京女子体育大学
東京女子体育短期大学

東京都薬物乱用防止推進国分寺地区協議会

パネル展示等を行います。ピーポくんも来てくれるよ。

子ども体験コーナー
もあるよ

一緒に写真
を撮ろう



©ホッチプロジェクト