



健康寿命延伸フォーラム

～健康長寿の秘訣・食事と運動～



日時：平成30年11月4日（日）13:00～16:00（受付 12:30～）
会場：新潟ユニゾンプラザ「多目的ホール」（新潟市中央区上所2-2-2）
主催：新潟県民医療推進協議会・新潟県
後援：新潟市・新潟日报社

参加費無料

◇◇◇イベント内容◇◇◇

特別講演（多目的ホール）13:00～14:15 参加定員:350名

「健康寿命延伸に関する新潟発のエビデンス創出」

講師 新潟大学大学院医歯学総合研究科 血液・内分泌・代謝内科学分野
健康寿命延伸・生活習慣病予防治療医学講座 特任准教授 藤原 和哉 先生

聞いて！見て！体験！みんなで学ぼう健康寿命！！

13:00～16:00（1階屋内イベント広場・2階県民サロン・ロビー）

多職種の団体が健康チェックや健康づくりの体験ができるブースを設け、来場者の皆様の健康づくりを応援します。

- ☆新潟県歯科医師会・新潟県歯科衛生士会・新潟県歯科技工士会 「からだの健康はお口の健康から」
○歯磨きの仕方、入れ歯の相談 ○歯ぐきのセルフチェック ○歯ブラシプレゼント！
- ☆新潟県薬剤師会 「お薬について相談してみませんか？～残薬ありませんか？薬局での対応～」
○薬剤師がお薬相談に応じます！
- ☆新潟県看護協会 「みんなが元気で過ごすために」
○看護師が健康相談に応じます！ ○血管年齢測定
- ☆新潟県栄養士会 「健康長寿は食事から～おいしく食べて、いきいきと～」
○フードモデルなどを使用して健康長寿のための食事について解説します。栄養相談に応じます。
- ☆新潟県理学療法士会 「あなたの足腰は大丈夫？」
○下肢筋力チェック（立ち上がりテスト） ○歩行能力テスト（2ステップテスト）
- ☆新潟県作業療法士会 「認知症なんでも相談」
○認知症チェック ○生活よろず相談～認知症にならないために、なっても安心して暮らせるために～
- ☆新潟県言語聴覚士会 「しっかり食べられていますか？～噛む力を測定します～」
○咀嚼力判定ガムを使用した「噛む力」の判定 ○発話器官の運動能力測定
○嚥下造影（VF）検査の映像を見てみよう！
- ☆新潟県社会福祉士会・新潟県医療ソーシャルワーカー協会・新潟県精神保健福祉士協会
「医療や介護に備えましょう～安心して健康に暮らすために～」
○相談コーナー ○介護・福祉セミナー ○統合失調症VR体験（予定）など
- ☆新潟県柔道整復師会 「あなたに合った運動時のセルフケアをご提案します！」
○運動時にケガをしないための個別相談 ○テーピング体験・気になる関節のチェック＆柔整手技など
- ☆新潟県鍼灸マッサージ師会・新潟県鍼灸師会
「家でツボ療法～動ける身体作りを応援するツボを体験しよう！」
○首や肩のコリとり体験していただけます！ ○膝と腰に効くツボで健康長寿を目指そう！
- ☆新潟県診療放射線技師会 「10秒でわかる あなたの骨密度」
○かかとで測る骨密度測定検査（超音波法） ○クイズ・質問コーナーなど
- ☆新潟県臨床工学技士会 「あなたの命を守る病院の医療機器」
○人工呼吸器の体験や内視鏡の体験操作 ○体組成計の展示・測定など
- ☆新潟県介護老人保健施設協会 「老人保健施設の紹介」
○デイケアの様子や利用者の作品・写真展示など

◎健康寿命とは？

健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。

平均寿命と健康寿命の間には、男性で約9年、女性で約13年の差があるといわれていますが、誰もが最後まで健康でいきいきとした生活を送りたいと思っています。

本フォーラムに参加された皆さんが1つでも2つでもヒントを得て、元気で長生きができるよう一緒に考える機会となれば幸いです。健康寿命を延ばしましょう！

◎新潟県民医療推進協議会

新潟県内の保健・医療・福祉に関する29の関係団体により多職種が連携して活動している協議会です。

協議会内には在宅医療や大災害などの様々な課題を検討する委員会を設置しており、今回のフォーラムは健康寿命延伸に係る多職種協働推進委員会が主体となって開催いたします。

【構成団体】

新潟県医師会/新潟県歯科医師会/新潟県薬剤師会/新潟県看護協会/新潟県精神科病院協会/新潟県歯科衛生士会/新潟県歯科技工士会/新潟県病院薬剤師会/新潟県栄養士会/新潟県理学療法士会/新潟県作業療法士会/新潟県臨床検査技師会/新潟県診療放射線技師会/新潟県臨床工学技士会/新潟県柔道整復師会/新潟県鍼灸マッサージ師会/新潟県鍼灸師会/新潟県介護福祉士会/新潟県社会福祉士会/新潟県医療ソーシャルワーカー協会/新潟県介護老人保健施設協会/新潟県老人福祉施設協議会/新潟県精神保健福祉士協会/新潟県言語聴覚士会/新潟県介護支援専門員協会/新潟県小規模多機能型居宅介護事業者協議会/新潟県認知症高齢者グループホーム協議会/新潟県病院協会/新潟県訪問看護ステーション協議会

申込方法

FAX・メール・はがきにより、必要事項をご記入の上、下記の申込先へ
10月29日（月）までにお知らせください。（※電話でのお申込は受付いたしません。）

【必要事項】 ① **申込代表者氏名（フリガナ）** ② **参加人数** ③ **電話番号**

※特別講演は、会場の都合上、定員350名までの先着順とさせていただきますので、
聴講を希望される場合は、上記事項の他に「**特別講演参加希望**」とご記入ください。

【申込先】 〒951-8581 新潟市中央区医学町通2-13 新潟県医師会業務課内
健康寿命延伸フォーラム事務局 あて

FAX：025-224-6103 e-mail：gyoumu@niigata.med.or.jp

【その他】特別講演は、申込が定員を超過した場合に限り、ご連絡させていただきます。
お知らせいただいた個人情報は、今回のフォーラム以外に使用いたしません。

FAX送信先：025-224-6103

健康寿命延伸フォーラム ～健康長寿の秘訣・食事と運動～ 参加申込

【申込代表者】

(フリガナ) 氏名	
電話番号	— —
参加人数	名

特別講演 参加	<input type="checkbox"/> 希望する（参加人数 名）
------------	---------------------------------------