

設立30周年記念式典・健康フェア

開催日：平成22年10月31日（日）

【第1部】 設立30周年記念式典 加古川総合保健センター3階大会議室

10:00	開会の辞	常務理事	高嶋 隼二
10:05	式 辞	理事長	釜江 省五
10:15	来賓祝辞	加古川市長	樽本 庄一
10:25		加古川市加古郡医師会会長	河合 勝
10:35	感謝状贈呈		稲田 学
10:45	「30年のあゆみ」	名誉理事長	川西 正廣
11:15	閉会の辞	副理事長	藤原 崇



感謝状贈呈



式辞



「30年のあゆみ」



記念式典



万歳三唱

【第2部】 健康フェア

○3階 大会議室

- 13:30 記念講演会 「100歳になっても素敵に歩くことのできる自分を目指して」
神戸常磐大学保健科学部看護学科 柳本 有二 教授
- 14:45 演奏会 ふじえクリニック院長 藤江 忠夫 先生
- 15:30 ビンゴゲーム大会



記念講演会



演奏会



ビンゴゲーム大会

講演会についてのアンケートに寄せられたご意見・ご感想

参加者数：189名（内、アンケート回答者数：129名）

- ・ 楽しく引き寄せられる講演内容であった。日頃ウォーキング等体力作りには気をつけていましたが、これを機に姿勢を正し、体力作りを努め、100歳以上を目指したい。体の動きが脳を決める！新しい発見をしました。
- ・ 講演会において、色々なデータ提供（骨の大切さ、姿勢、運動、食べ物（納豆）等）を受け、健康に対する知識の再認識を行い、ウォーキングを始めるよう努める。
- ・ 講演内容が非常にわかりやすく、また身体を動かしながら話を聞くことができ、時間を感じさせない講演であった。
- ・ 歩くことの重要性、良い姿勢、食べ物等、今回の講演を機会にあらためて健康の保持・増進のために歩くだけでなく、片足立ちトレーニングにチャレンジしいつまでも歩き続けたい。
- ・ 100歳に向って生きる希望がわいてきた、現在ひざの痛みに悩んでいるが100歳に届かなくても子供たちの世話にならないように頑張りたい。（今日は友達に誘われて来て良かった）
- ・ 生きている間は健康でいたいので、日常の姿勢を大切に今日から意識して歩きたい。
- ・ 最近物忘れが始まったように思い、元気で長生きするにはどのようにすれば良いかと考えていましたが、今回の講演で姿勢・運動の大切さを聞き、これを忘れず明日から頑張ります。
- ・ 命が続く限り、“健康で元気に楽しく生活したい”このためには日常生活において体を動かすことが大切であると感じることが出来た。日々のウォーキングを心がけ体力維持と健康管理に努めたい。
- ・ 定期的に講演会を開催し、話を聞く機会を希望する。講演会の内容として身体の老化等に対する予防法等の開催も希望。

○2階 健診フロアー（参加者数：177名）

健康測定コーナー（骨密度、血圧測定、視力検査、体組成測定）

健康相談コーナー（栄養士による栄養相談、保健師による健康相談）



健康測定コーナー



健康相談コーナー

○1階 ロビー・屋外特設テント（参加者数：約300名）

休憩室（プロジェクター放映にて保健センター事業等を紹介）

アミューズメントコーナー（スーパーボールすくい、輪投げ）

各種模擬店（焼きそば、フランクフルト、菓子、ジュース、健康グッズ等の配布）



模擬店



アミューズメントコーナー

多くの方にご参加いただき、誠にありがとうございました