



山口県PR本部長  
ちよるる



やまぐち

in 柳井

# 元気フェア

2014年  
**11/16**日  
10:00~15:00

●アクティズやない  
柳井市柳井3718-16  
TEL.0820-24-0081  
●バタフライアリーナ  
柳井市柳井3714-3  
TEL.0820-23-0830

今年のテーマ

## 糖尿病予防

参加  
無料



world diabetes day  
11/10~11/16は「全国糖尿病週間」です。  
食事、運動、休養などの生活習慣を見直し、  
糖尿病を予防しましょう!



講演会 [手話通訳を行います]

### 「楽しく食べて☆カロリーダウン」

講師 シニア野菜ソムリエ 有吉 明美 さん

野菜レシピの試食コーナーあります!

### シールラリー

開催します!

ステージイベントや各体験コーナー  
に参加して景品を手にいれよう!

### 参加型イベント①

## 「リズムに合わせて親子体操」

要事前  
申込

### 参加型イベント②

## 「体を動かして糖尿病と転倒予防」

～柳井ケンケン体操(柳井圏域健康体操)～

要事前  
申込

講師 JA山口厚生連/周東総合病院リハビリテーション科 主任  
理学療法士・日本糖尿病療養指導士 溝口 桂 さん



### 相談&体験&展示コーナー

10:00~15:00

約30団体が健康づくりに関する各種相談・体験・展示コーナーを開設し、  
皆様のお越しをお待ちしております。

測ってみよう!

- 脚筋力 ●骨密度
- 体組成 ●肺年齢

あなたは何歳?



糖尿病は大丈夫?  
血糖測定

ヘルシー弁当・菓子  
販売もあります!

ちよるるも  
やってみよう!



めざせ!8020  
生活歯援  
プログラム体験

子どもが  
楽しめるコーナー  
もあるよ!

主催/山口県、柳井市、周防大島町、上関町、田布施町、平生町、山口県教育委員会、(一社)山口県医師会、(公社)山口県歯科医師会、生涯現役社会産学公推進協議会  
参加協力団体/(一社)山口県薬剤師会、(一社)山口県歯科衛生士会、(公社)山口県看護協会、(公財)山口県予防保健協会、(公財)山口県健康福祉財団  
山口県国民健康保険団体連合会、(公社)山口県栄養士会、山口県食生活改善推進協議会、山口県母子保健推進協議会、日本健康運動指導士会山口県支部  
(一社)山口県歯科技工士会、(一社)山口県臨床検査技師会、(一社)山口県診療放射線技師会、NPO法人山口県腎友会、全国健康保険協会山口支部  
山口県保険者協議会、周東総合病院



すべての県民の皆さんが生涯を通じて  
健康でいきいきと生活できるよう  
「健康づくり」「8020運動」「生涯現役社会づくり」  
の推進を目指して  
「やまぐち元気フェア」を開催します。  
どうか皆様、お誘い合わせの上ご来場ください。

●柳井市 健康マイレージ  
柳井市 健康づくり・食育キャラクター  
すこやか 元気くん

●かみのせき  
健康増進ポイント  
上関町 上関水軍太鼓

●たぶせ いきいき健康  
スタンプラリー  
田布施町健康づくりキャラクター  
柳井市・上関町・田布施町の上記事業の対象になります。

2014年11月16日

アクティブやない 10:00 ~ 14:30

- 10:00 ~ 10:50 **式典** ※手話通訳を行います。  
●オープニング演技:ルンビニ第二保育園  
●8020運動表彰
- 11:00 ~ 12:00 **講演会** ※手話通訳を行います。  
「楽しく食べて☆カロリーダウン」  
＜講師＞ シニア野菜ソムリエ **有吉 明美** さん
- 13:00 ~ 13:30 **参加型イベント①**  
「リズムに合わせて親子体操」 **要事前申込**
- 13:45 ~ 14:30 **参加型イベント②**  
「体を動かして糖尿病と転倒予防」 **要事前申込**  
～柳井ケンケン体操(柳井圏域健康体操)～  
＜講師＞ JA山口厚生連/周東総合病院リハビリテーション科 主任  
理学療法士・日本糖尿病療養指導士 **溝口 桂** さん

事前申込方法

電話・FAX・メール・ホームページ いずれかの方法で、以下の内容をお知らせください。また、FAXにてお申し込みの場合は、下記申込用紙をご利用ください。

参加型イベント①「リズムに合わせて親子体操」

- 参加者氏名(子ども・保護者) ●性別 ●年齢 ●電話番号

参加型イベント②「体を動かして糖尿病と転倒予防」

- 参加者氏名 ●性別 ●年齢 ●電話番号

お申し込み・お問い合わせ先

山口県健康づくりセンター

TEL.083-934-2200 FAX.083-934-2209

〒753-0814 山口市吉敷下東三丁目1番1号 【mail】 info2@hwy.or.jp

【ホームページ】 http://www.hwy.or.jp/center



山口県健康づくりセンター

検索

バタフライアリーナ 10:00 ~ 15:00

健康づくりのコーナー

- 各種測定(骨密度、血糖値、肺年齢など)  
●健康相談(糖尿病、皮膚病)

8020運動(歯の健康コーナー)

- 生活歯援プログラム体験 ●口臭チェック  
●ブラッシング指導

食事に関する展示

- 食事バランスチェック  
●「減塩みそ汁」「かえりのごまめ風」の試食

子どもが楽しめるコーナー

- キャラクター色ぬり ●オリジナル缶バッジづくり  
●パネルシアター・手遊び

ヘルシー弁当・菓子販売コーナー

※その他、いろいろなコーナーをご用意しています。



健康づくり関連イベント・8020運動に関するお問い合わせ

山口県健康増進課 TEL.083-933-2950

「やまぐち元気フェア」参加型イベントのお申込用紙

FAX.083-934-2209

参加希望のイベントに○印をつけてください。	氏名	性別	年齢	電話番号
[ ] ①リズムに合わせて親子体操		男・女	歳	TEL. ( )
[ ] ②体を動かして糖尿病と転倒予防				( )
[ ] ①リズムに合わせて親子体操		男・女	歳	TEL. ( )
[ ] ②体を動かして糖尿病と転倒予防				( )
[ ] ①リズムに合わせて親子体操		男・女	歳	TEL. ( )
[ ] ②体を動かして糖尿病と転倒予防				( )

※保険の申込に必要です。必ずご記入ください。ご記入いただいた個人情報は事務局が責任をもって管理いたします。※記入欄が足りない場合はコピーしてご利用ください。