

吹田市健都グランドオープンイベント

健康体感フェア

2019年 9月16日(月・祝) 10:00~17:00

場所: ららぽーとEXPOCITY 1階 光の広場

健都PRブース

吹田市と摂津市にまたがる北大阪健康医療都市「健都」。
国立循環器病研究センター、市立吹田市民病院、駅前複合施設、健都イノベーションパーク
及び高齢者向けウェルネス住宅の整備など、吹田市を含む各事業主体による健康・医療を
コンセプトとしたまちづくりが進んでいます。



地元吹田で
新しいまちづくりが進んでいます!

かるしおPRコーナー

(協力: 国立循環器病研究センター)

「かるしお」は、国立循環器病研究センター(国循)が推奨する「塩をかるく使って美味しさを引き出す」減塩の新しい考え方です。
国循では、美味しい減塩食品を普及させるためにかるしお認定制度を行なっています。
かるしおレシピ本や認定食品を紹介します!



「美味しく減塩!かるしお認定商品」も
プレゼント(先着順)!

体組成計で簡単健康チェック

(協力: 国立健康・栄養研究所、大阪府)

体組成計による簡単な健康チェックを実施。
「体組成」とは、筋肉や脂肪、骨など私たちの体を構成する組織の割合や量のこと。
体重だけではなく、筋肉や脂肪の量など「体組成」をチェックして、体のバランスを知ること、肥満の予防・改善のほか、いま話題の「フレイル(心身の活力低下)」の予防に役立ちます。



大阪健活アプリ「アスマイル」の抽選に使える
アスマイルポイントをプレゼント!
ぜひ健康チェックをしてみませんか!



健康増進啓発ブース

(協力: 大塚製薬)

ステージセミナーと連携してブースを展開します

1. 健康と美容
2. 生活習慣病
3. 朝食



食生活についてアドバイスを聞いてみよう!

スポーツ アミューズメントコーナー

お子様を対象としたスポーツアミューズメントコーナー
健康に良い足つぽを使って、大人もお楽しみいただけます。



みんな
体験してみてね!

ステージ催事

食と健康セミナー

(協力：大塚製薬)

子供、成人、高齢者向けセミナー (20分×3回)

- **バランスが決め手! 子どもの朝食**
カラダだけではない!
成長に関わるバランスの良い朝食とは。
- **メタボと戦う生活習慣**
メタボ対策で加えたい食事での工夫。
- **敬老の日! 元気ハツラツ健食ポイント!**
低栄養対策と免疫力の力

女性向けセミナー (20分×2回)

- **「いつまでも元気な女性でいたい! エクオールと女性の健康」**
更年期を幸年期へ。女性のカラダについて。

かるしおPR&クイズ

(協力：国立循環器病研究センター)

かるしおって何? 普通の食事にはどのくらい「しお」が入ってるの? 減塩に関するクイズで今日からあなたもかるしお生活を!



「健都」PR&健康増進啓発クイズ

(協力：大塚製薬)

健都と健康について答えて健康関連商品を買おう!

会場案内図

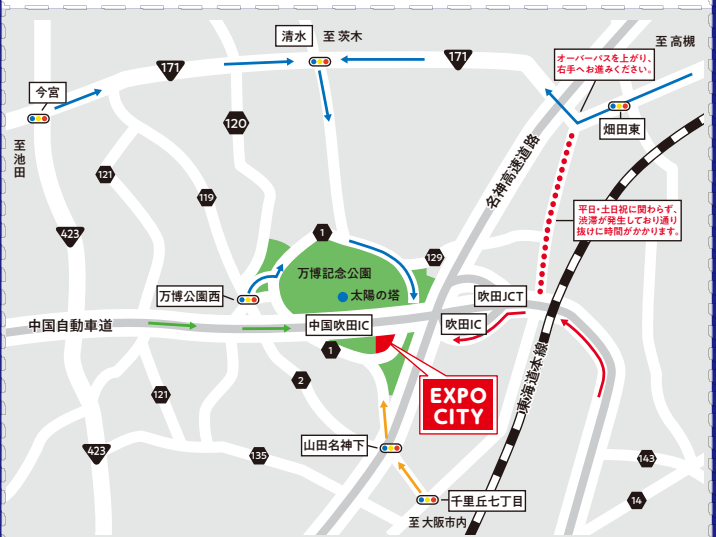
- 1 健都PRコーナー
- 2 「かるしお」PRコーナー
- 3 体組成計で簡単健康チェック①
- 4 簡単健康チェック②
- 5 健康増進啓発ブース
- 6 スポーツアミューズメントコーナー
- 7 ステージ

ステージスケジュール

10:00	15- 30- 45-	「健都」PR映像
11:00	15- 30- 45-	食と健康セミナー「敬老の日! 元気ハツラツ健食ポイント!」 「かるしお」PR & クイズ
12:00	15- 30- 45-	「健都」PR映像 食と健康セミナー「いつまでも元気な女性でいたい! エクオールと女性の健康」 「健都」PRクイズ
13:00	15- 30- 45-	「健都」PR映像 食と健康セミナー「メタボと戦う生活習慣」 「かるしお」PR & クイズ
14:00	15- 30- 45-	「健都」PR映像 食と健康セミナー「いつまでも元気な女性でいたい! エクオールと女性の健康」 「健都」PRクイズ
15:00	15- 30- 45-	「健都」PR映像 食と健康セミナー「バランスが決め手! 子どもの朝食」 「健都」PRクイズ
16:00	15- 30- 45-	「健都」PR映像
17:00	15- 30- 45-	「健都」PR映像

会場までのアクセス

電車でのアクセス: 大阪モノレール「万博記念公園」駅下車 徒歩約2分
車でのアクセス: 下図参照



主催:吹田市 お問い合わせ: 06-6384-2614(吹田市 北大阪健康医療都市推進室)

次回

皆で体を動かして楽しく健康になろう! オリジナルグッズももらえるよ!!

(先着順、数に限りがあります)

日時: 2019年 10月27日(日)

場所: 健都レールサイド公園 (JR岸辺駅近く)