

# 健康フェス2017

～いきいき 元気 健康家族～

日時 **9月9日** 土  
9:30~16:30 雨天決行

会場 **岩手医科大学  
矢巾キャンパス**



岩手医科大学

## ヘルスチェックコーナー

測定時に使用しますので、事前にご記入ください。

性別	男・女	氏名(カタカナ)	
年齢	才	身長	cm



### 【各種測定について】

#### ●血管年齢とは？

血管の老化の状態(硬さ・しなやかさ)を測定します。

#### ●骨密度測定とは？

骨の中にあるカルシウム・マグネシウムなどのミネラル成分の量を計測します。

#### ●肺年齢測定とは？

1秒間に一気に吐いた息の量を測定し、自分の肺の働きが年齢相応であるかを確認します。見た目ではわからない肺の健康状態を知る手がかりとなります。

## 無料シャトルバス運行時刻表

JR矢幅駅 ↓ 矢巾キャンパス	矢幅駅発	→	矢巾キャンパス着
		9:00	→
	9:30	→	9:40
	10:00	→	10:10
	10:30	→	10:40
	11:00	→	11:10
	11:30	→	11:40
	12:00	→	12:10
	12:30	→	12:40
	13:00	→	13:10
	13:30	→	13:40
	14:00	→	14:10
	14:30	→	14:40
	15:00	→	15:10
	15:30	→	15:40

矢巾キャンパス ↓ JR矢幅駅	矢巾キャンパス発	→	矢幅駅着
		9:15	→
	9:45	→	9:55
	10:15	→	10:25
	10:45	→	10:55
	11:15	→	11:25
	11:45	→	11:55
	12:15	→	12:25
	12:45	→	12:55
	13:15	→	13:25
	13:45	→	13:55
	14:15	→	14:25
	14:45	→	14:55
	15:15	→	15:25
	15:45	→	15:55
	16:15	→	16:25
	16:45	→	16:55

矢巾キャンパス正面 ↓ ドクターヘリ基地	矢巾キャンパス発
	① 9:50~
	② 10:30~
	③ 11:10~
	④ 13:10~
	⑤ 13:50~
	⑥ 14:30~
	⑦ 15:10~

各便先着30名様限定



※上記時刻については、交通事情等により、多少遅延する場合があります。予めご了承ください。

**スタンプラリー開催**  
スタンプを5個集めると景品をプレゼントします!

スタンプラリー(下の枠にスタンプをつけてください。)

集めた方は受付までお持ちください



来場者アンケートにお答えいただいた方には、**更に**景品をプレゼント!

【主催】



●後援/岩手県・盛岡市・矢巾町・岩手県医師会・岩手県歯科医師会・盛岡市医師会・紫波郡医師会・盛岡市歯科医師会・岩手医科大学医師会・岩手県薬剤師会・岩手県病院薬剤師会・盛岡薬剤師会・岩手県臨床衛生検査技師会・岩手県診療放射線技師会・岩手県看護協会・岩手県栄養士会・岩手県調理師会・岩手県理学療法士会・岩手県歯科技工士会・岩手日報社・盛岡タイムス社・NHK盛岡放送局・IBC岩手放送・テレビ岩手めんこいテレビ・岩手朝日テレビ・エフエム岩手・マ・シェリ・大人のための情報紙 シニアズ・岩手県医療機器販売協会・こずかたサービス(順不同)

●お問い合わせ/岩手医科大学 創立120周年記念事業事務局 TEL019-651-5111

# イベント案内・会場見取り図

1階



2階



3階

## B わくわくコーナー

- B-1 松ぼっくりアイス販売** [キャンパスモール] 10:30~なくなり次第終了  
栗石の手づくりアイスクリーム牧舎「松ぼっくり」のジェラート販売!
- B-2 プリDESTON免震体験車** [駐車場] ①10:00-12:00 ②13:00-15:30  
大地震の脅威から生命と財産を守る免震技術を体験
- B-3 キッズファーマシー** [西講義棟2階(西2C)] 10:00-15:00  
園児から小学生を対象とした調剤体験
- B-4 ピースクラフト** [キャンパスモール] ①9:30-12:30 ②13:00-16:00  
貝殻とUVレジンを用いた制作体験
- B-5 こども縁日** [体育館アリーナ] 10:00-16:00  
水ヨーヨー釣り、射的、ストラックアウト、キックターゲット
- B-6 ケータリングカフェ** [キャンパスガーデン] 9:30-16:00  
コーヒー焙煎 風光舎(栗石町)・カフェ Warakution(青山)
- B-7 産直販売・郷土料理** [キャンパスロータリー] 9:00-16:30  
矢吹町農産物等の販売 みち草の驛(高巻町)
- B-8 ドクターヘリ基地見学** [ドクターヘリ基地] ①10:00~ ②10:40~ ③11:20~ ④13:20~ ⑤14:00~ ⑥14:40~ ⑦15:20~  
各開始10分前にシャトルバス運行(定員30名)

## C 元気コーナー

- C-1 初心者でも楽しめるヨガ体験** [体育館3階(柔剣道場)] 15:00-16:30  
講師: 神経科学講座 教授 駒野宏人 ※当日参加もOK、更衣室あり
- C-2 かつてないハンドマッサージ** [東講義棟1階(ラウンジ)] 9:30-16:00  
~地域住民とのリアルなつながりを目指して~ POLA化粧品 試供品プレゼント
- C-3 体力測定** [体育館1階(体育実習室)] あなたの体力水準を調べてみませんか? ①10:00-12:00 ②13:00-15:00
- C-4 薬用植物園案内** [薬用植物園] ①10:00~ ②10:30~ ③11:00~ ④13:00~ ⑤13:30~ ⑥14:00~  
東洋医学研究会の学生による薬用植物園案内
- C-5 体の中をのぞいてみよう!** [東講義棟1階(ラウンジモンス)] 9:30-16:30  
3D画像展示

## D いきいきコーナー

- D-1 美味しく減塩** [キャンパスモール] 11:00-14:00 ●減塩料理の試食  
9:30-16:30 ●減塩ミニクイズ、塩分量展示、栄養士による相談コーナー
- D-2 図書館イベントLibrary+「どんなお仕事?看護師」** [食堂棟1階(ラウンジモンス)] 10:00-11:00  
講師: 看護部 副看護部長 千葉香 定員: 30名 (要申込・当日参加もOK)
- D-3 図書館一般開放** [食堂棟2階] 9:30-16:30  
貴重書展示、グッズ配布
- D-4 ホワイトボードおえかきコーナー** [キャンパスモール(ラウンジモンス)] 9:30-16:30
- D-5 KOBE発 生きがい支援協働事業「まけないぞう」** [キャンパスモール] 9:30-16:30  
「一本のタオル運動」で集められたタオルを被災者がその形をした壁掛けタオルに変えて販売。被災地のコミュニティ・生きがいづくりの支援
- D-6 オリジナル学食体験** [食堂棟1階] 10:30-14:00  
健康フェス限定のオリジナルメニューの販売

## A 健康コーナー

- A-1 健康家族になるための「運動のすゝめ」** [東講義棟2階(東2C)] 10:00-10:40  
リハビリテーション医学科 教授 西村行秀
- A-1 噛み合せと呼吸の関係—不正咬合と睡眠時無呼吸—** [東講義棟2階(東2C)] 11:00-11:40  
口腔保健育成学講座 歯科矯正学分野 教授 佐藤和朗
- A-1 日常の中の家族の力** [東講義棟2階(東2C)] 13:00-13:40  
共通基礎看護学講座 教授 三浦まゆみ
- A-1 健康を創りだす力** [東講義棟2階(東2C)] 14:00-14:40  
人間科学科 心理学・行動科学分野 准教授 相澤文恵
- A-1 薬の正しい使い方** [東講義棟2階(東2C)] 15:00-15:40  
地域医療薬学講座 教授 高橋 寛

## S ステージイベント

キャンパスモール北側 特設ステージ

- 10:00-10:30 パフォーマンスショー
- 10:30-11:30 鉄神ガンライザーがやってくる!①  
握手会・撮影会・じゃんけん大会 景品プレゼント
- 11:30-12:00 健康O×クイズ2017  
※一般の方を対象としております 景品プレゼント
- 12:30-13:30 人生漫談~笑う力は生きる力~  
講師: 日本笑い学会 秋田県人会長 人星亨喜楽 駄朗 師匠
- 13:30-14:00 さんさ踊り
- 14:00-14:30 バトントワリングショー
- 14:30-15:30 鉄神ガンライザーがやってくる!②  
握手会・撮影会・じゃんけん大会 景品プレゼント
- 15:30-16:00 吹奏楽

キャンパスモール北側 屋外特設ステージ

- 12:00-12:30 雨天時: 屋内特設ステージ
- もちまき大会 ガンライザーも参加予定

## A 健康コーナー (続き)

- A-2 マンモグラフィとエコー装置のデモンストレーション** [東講義棟1階(ラウンジモンス)] 10:30-11:00、午後適宜
- A-3 講演会「これってほんと!!」~乳がんについて正しい知識を得よう~** [東講義棟1階(1A)] 11:00-11:40  
講師: 外科学講座 助教 小松英明
- A-4 ●相談コーナー ●ミニクイズ、触診モデル展示等** [東講義棟1階(ラウンジモンス)] 9:30-16:00  
(乳がん専門医・看護認定看護師、医療ソーシャルワーカー)
- A-5 ヘルスチェック・健康相談** [多目的ラウンジ] 9:30-16:30  
血管年齢・骨密度・肺年齢、保健師による相談コーナー
- A-6 口腔内環境をチェックしよう** [キャンパスモール] 9:30-16:30  
むし歯・歯周病リスク・口腔清潔度に関する7項目を同時測定
- A-7 お口の中を見てみませんか** [キャンパスモール] 9:30-16:00  
CCDカメラによる口腔内観察、販売ブース等
- A-8 血糖値測定・薬剤師によるおくすり相談** [西講義棟2階(西2B)] 9:30-16:00
- A-9 あなたの力が命を救う** [キャンパスモール] 「ファーストエイドこんな時どうする?緊急・応急処置を知ろう!」 9:30-16:30
- A-10 あなたもできる 救命処置 子どもから大人まで** [キャンパスモール] 9:30-16:30
- A-11 あなたの手洗い大丈夫?** [西講義棟2階(西2A実習室)] ~プロが教える正しい手洗い~ 10:00-16:00  
ブラックライト使用による手洗いの洗い残しのチェック
- A-12 保育指導** [キャンパスモール] 9:30-16:00  
沐浴体験、胎児心音聴取、妊娠期・産褥期相談コーナー
- A-13 やってみよう!認知症予防体操** [西講義棟2階(西2A講義室)] ~思い出の歌に合わせて体操~ ①10:00 ②11:30 ③13:30 ④14:00 ⑤14:30 ⑥15:30
- A-14 認知症サポーター養成講座** [東講義棟1階(東1B)] 講師: (公社)認知症の人と家族の会 蛇石 陽 氏 13:30-15:00  
一般市民を対象とした認知症の方を見守るサポーター(応援者)の養成講座
- A-15 高齢者における認知症とそのケア** [東講義棟2階(ゼミナール室)] 11:00-16:30
- A-16 実はあなたも!?高血圧...** [東講義棟2階(ゼミナール室)] 9:30-16:30  
塩分量チェック&体験など
- A-17 フェアトレードでインドの女性の生活・健康支援!** [東講義棟2階(東2E)] 9:30-16:30  
手作りの織物・ネックレス等アクセサリーの販売

