

別紙

「健康フェスタ in いずみがおか〜ひともまちも健康に〜」実施について

1. 日 時 2021年3月20日(土) 10時～16時 ※少雨決行・荒天中止

2. 場 所 いずみがおか広場(泉北高速鉄道「泉ヶ丘」駅下車すぐ)

3. 参加費 無料 ※交通費は各自でご負担ください。

4. 内 容

好きな運動を「週3回、1回20分」行うことが、フレイル(健常から要介護へ移行する中間の段階)予防につながります。本イベントは、泉北ニュータウンに関わりのある各団体が運動意欲を喚起して習慣づけることを支援し、住民の健康意識を高めることを目的としています。

(1) 出展ブース

団体名	内容
大阪府立大学	・看護学類地域看護学分野のポスター展示、パンフレット配布 ・感染症解説動画の放映 ・ボッチャ(目標球となる白いボールに、赤と青のボールを投げたり転がしたりして、いかに近づけるかを競うスポーツ)の体験会
桃山学院教育大学	「体力年齢を測りましょう」(運動能力測定と評価)
帝塚山学院大学	・My箸を造ろう ・健康教育 ・おうちで楽しむ健康メニューの紹介
大阪健康福祉短期大学	・コロナに負けないところとからだを作ろうー免疫力チェック ・血圧診断、オキシメーターによる酸素飽和度測定 ・健康相談
NPO法人 いづみ健老大学	ワインと英会話を楽しむ、今どきシニアのカルチャーサロン
株式会社おやつタウン	限定商品の抽選会「リトルおやつタウンNamba in 泉ヶ丘」
POLA堺東	顔に電氣的筋肉刺激を与えるセルフコアビューティケア 「マスクの下の表情筋を鍛えよう！」
有限会社仲井商店(株明治特約店)	骨の健康チェック
株式会社ヤマウチ(JOYFIT)	「お惣菜でも!栄養バランスを整えよう！」
独立行政法人都市再生機構	階段昇降で健康に!「踏み台昇降運動」 (協力:大阪経済大学 高井先生)
南海電気鉄道株式会社	・プラレール走行展示 ・「ガチャポン」で南海電鉄グッズの抽選販売 ・健康な毎日を支援する各種サービス紹介 ・ノルディックウォーク体験(大阪府ノルディックウォーク連盟南大阪支部)
南海不動産株式会社	健康&エコ住宅リフォーム相談
株式会社パンジョイズ (パンジョクラブイズ)	・「ちょこっと体をほぐそうストレッチ」 ・「体組成計」に乗るだけ【筋肉量】【脂肪量】測定 ・健康運動実践指導者による運動カウンセリング ・エアロバイクで体力測定

(2) ステージパフォーマンス スケジュール(予定)

	団体名	内容
10:00-10:05	大阪府立大学	オープニング挨拶
10:10-10:50	大阪経済大学	認知症予防!「コグニサイズで健康体操」
11:00-11:30	おやつタウン	リトルおやつタウンNamba サンバdeダンス
11:40-12:00	大阪府立大学	民族舞踊部のフォークダンス
12:10-12:50	帝塚山学院大学	エクササイズ「脳トレしながら楽しく体を動かしましょう」
13:00-13:20	フラワーズ	弾き語りユニット
13:30-13:50	コムカイ	弾き語りユニット
14:00-14:30	おやつタウン	リトルおやつタウンNamba サンバdeダンス
14:40-15:00	大阪府立大学	手話サークル亜飛夢の手話コーラス
15:10-15:50	近畿大学医学部	新型コロナウイルス感染症〜これまでに分かったこと、分かっていないこと〜
15:55-16:00	都市再生機構	クロージング挨拶

5. お客さまのお問い合わせ先

ひだか
南海電鉄 泉北事業部（担当：日高） TEL：072-295-7121（平日9時～17時）

6. その他

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加者の皆さまは以下にご協力ください。

- ①咳や発熱の症状がある方や体調不良の方は、参加をご遠慮ください。
- ②マスクの着用および手洗いの徹底、会場に設置しているアルコールの手指消毒等の感染予防対策にご協力ください。
- ③イベント会場に設置している大阪コロナ追跡システムへの登録・利用をお願いします。

以 上

主催する3者は、SDGsへの取組みを強化しており、関連するニュースリリースに「SDGsの目標アイコン」を明示しています。
今回ご案内の取組みは、3番・11番・17番に繋がるものです。

