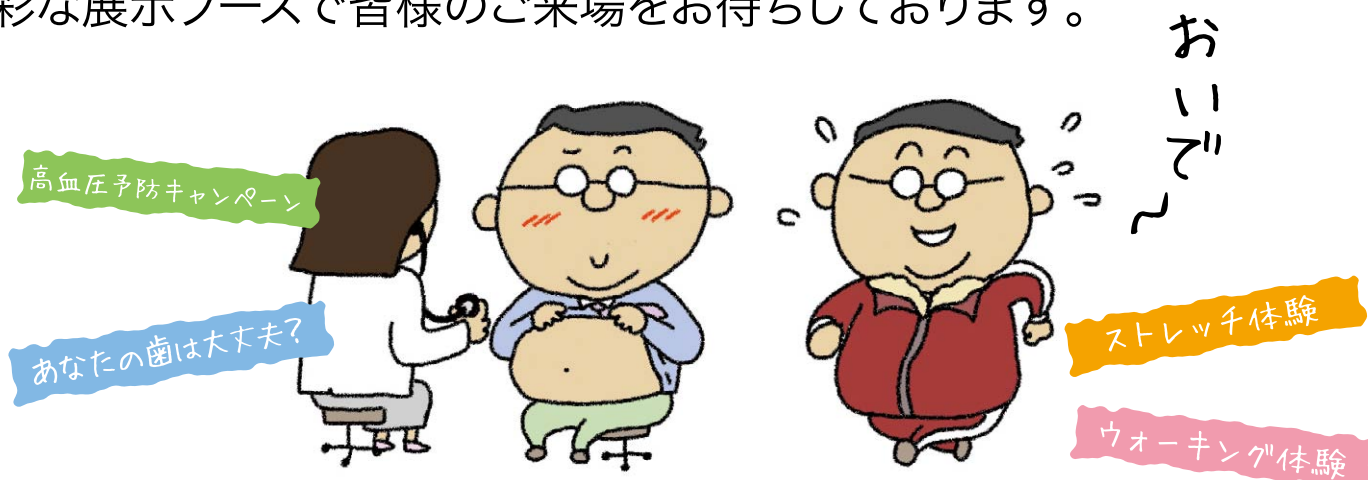


希望と生きがいを持ち、  
健康で幸せに暮らせる社会へ

今を変えれば！  
未来は変わる！！

# 健康あおもり21 ステップアップ県民大会

健康づくりに関する記念講演、健康増進コーナーや  
多彩な展示ブースで皆様のご来場をお待ちしております。



開催日時

平成25年

9月4日(水) 13:00~16:00

(ブースは11:00~)

開催場所

リンクステーションホール青森(青森市文化会館)

記念講演

## 子どもの頃から 運動習慣を身につけよう

講師 親子体操教室主宰 佐藤 弘道氏  
(NHK「おかあさんといっしょ」第10代目体操のお兄さん)



# 健康あおもり21 ステップアップ県民大会

生活習慣を  
見直そう!



## スケジュール

### 13:00～ 表彰式

青森県健康づくり事業功労者等表彰  
あおもり健康づくり奨励賞

### 健康づくり宣言

### 13:50～ 実践報告

進行 弘前大学大学院医学研究科長  
中路 重之氏

### 14:35～ 記念講演

### 「子どもの頃から運動習慣を身につけよう」

講師 親子体操教室主宰 佐藤 弘道氏

### 16:00 終了予定

※進行状況により時間が前後することもあります。

試食コーナー 11:00～13:00

青森県食生活改善推進員連絡協議会

### 体験コーナー

11:00～12:00

- ストレッチなど簡単な体操体験
- ウォーキング体験

11:00～16:00

- 高血圧予防キャンペーン(血圧測定など)
- あなたの歯は大丈夫?

展示コーナー 11:00～16:00

- 薬についてのミニ知識
- 検診受診PRコーナー
- がん患者の会コーナー
- 自殺予防フォーラムPR他
- 企業ブース

## プロフィール

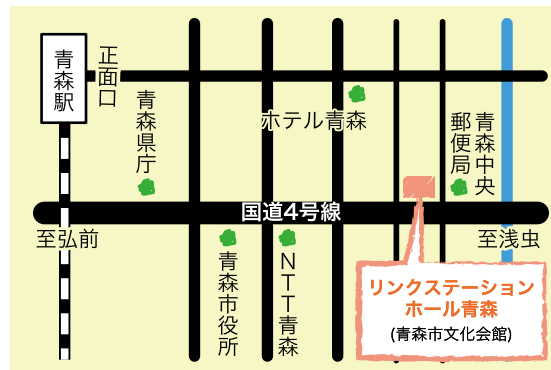
### 親子体操教室主宰 佐藤 弘道氏

日本体育大学体育学部卒業。1993年4月よりNHK「おかあさんといっしょ」第10代目体操のお兄さんを12年間務める。2002年1月、有限会社エスアールシーカンパニーを設立。子供たちと指導者のためのスポーツクラブを立ち上げ、全国で親子体操教室や幼児体操教室、保育士講習会などを行う。また、民放のバラエティー番組などに数多く出演し、親子のための体操やCM用等のオリジナル体操を考案するなど多方面で活躍中。

※弘前大学大学院 医学研究科 大学院生



## 会場図



④ JR青森駅より市営バス(2)番乗り場  
「東部営業所行き」または「県立中央病院前行き」乗車  
文化会館前停留所下車 徒歩1分

駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。