ニコモ ちゃん
ⓒ元気！健康！フェア

第4回 元気！健康！フェア in とうほく

ケアトくん
ⓒ元気！健康！フェア

平成24年 **4/28(土)・29(日)**

仙台国際センター 仙台市青葉区青葉山
10:00～17:30［9:30開場］

聞いて、見て、ためになる 入場無料

みなさまに最新、最先端の健康情報を伝え、楽しく体験できるイベントとして開催する第４回元気！健康！フェアinとうほく。
本紙面では展示ゾーンと体験・参加型交流プログラムの一部をご紹介します。講演セッションのプログラムについては、ウェブサイトをご覧ください。

http://genki-kenko.net
元気健康フェア　検索

無料循環バス 9:00～17:30（約30分おきに往復）
仙台駅西口（タクシー乗り場北側） ⟷ 仙台国際センター

28日(土) 第3会場「桜」

- 【こころも体も弾むフォークダンス】 10:00～10:30 仙台市フォークダンス協会
- 【禅でストレスコントロール】 11:00～11:30 東北福祉大学総合福祉学部　斉藤仙邦 教授
- 【耳の聞こえが気になったら】 12:00～12:30 東北大学医学系研究科耳鼻咽喉・頭頸部外科学分野　大島猛史 准教授
- 【肝炎治療の助成について】 13:10～13:40 宮城県保健福祉部疾病感染症対策室によるプレゼン／ブリストル・マイヤーズ肝炎啓発VTR上映
- 健康大賞プレゼンテーション 14:00～14:30
- 西馬音内盆踊り 15:00～15:30 西馬音内盆踊保存会のみなさん
- 【体験してみようAED】 16:00～16:30 仙台市消防局「杜の都ハートエイド」

29日(日) 第3会場「桜」

- 【元気体操の楽しみ方】 10:00～10:30 仙台大学地域健康づくり支援センター　岩垂利枝 先生
- 【笑顔がうまれる コラージュカードを作りましょう】 11:10～11:40 ハート&アート空間　Be I 代表　関口怜子 先生
- 仙台市医師会 講話と健康相談（小児科）【こどものメタボと生活習慣病】 11:40～11:55 宮城県立こども病院総合診療科部長　虻川大樹 先生
- 仙台市医師会 講話と健康相談（整形外科）【バンザイできない子、しゃがめない子が3割も！～あなたはできますか？】 12:25～12:40 瀬野整形外科診療所院長・仙台市医師会理事　瀬野幸治 先生
- 【気軽に ニギニギダンベル体操】 13:00～13:30 東北福祉大学　鈴木玲子 特任准教授ほか
- 【体がよろこぶ 西野流呼吸法】 14:00～14:30 みやぎ県南中核病院顧問・東北大学名誉教授　貫和敏博 先生
- DHCプレゼンテーション 15:00～15:30
- 【からだと対話するヨーガ からだから心へ】 16:00～16:30 統合医療学会東北支部ヨーガ部会長・ヨーガ療法士　佐藤美弥子 先生

参加型交流プログラム 桜ステージ

第3会場のプログラムの一部を紹介します。

28日(土)

禅でストレスコントロール 11:00～11:30
東北福祉大学総合福祉学部　斉藤仙邦 教授

新年度が始まったり、新しい環境になったりで何かと気疲れしやすい時期です。背筋を伸ばし、深呼吸で心を落ち着かせ、本来の自分を取り戻しましょう。日々の暮らしの喧騒を「禅」でリセットしませんか？

耳の聞こえが気になったら 12:00～12:30
東北大学医学系研究科耳鼻咽喉・頭頸部外科学分野　大島猛史 准教授

年齢を重ねれば衰える聴力。その衰えは他人との交流を消極的にさせたり、外出がおっくうになったりする原因にもなり、生活の質を低下させます。適切な改善策を見つけることで、日常生活を大幅に改善できる可能性があるのです。

29日(日)

◆仙台市医師会　講話と健康相談◆

普段より私たちの身近なところで診療している病院の先生をお招きして、最近の医療現場のお話しを伺います。今回は小児科と整形外科の先生をお招きしています。その後、お話しを聞いていただいた方々との健康相談の時間があります。（但し、相談いただける人数には限りがございます。多くの方の参加希望が見込まれますので、参加方法は当日会場で抽選とさせていただきます。）

子どもでもメタボ？～子どもの肥満と生活習慣病 11:40～11:55
宮城県立こども病院総合診療科部長　虻川大樹 先生
【講演後50分程度、健康相談があります。】

バンザイできない子、しゃがめない子が３割も！～あなたはできますか？ 12:25～12:40
瀬野整形外科診療所院長・仙台市医師会理事　瀬野幸治 先生
【講演後50分程度、健康相談があります。】

がちだと対話するヨーガ　がちだから心へ 16:00～16:30
統合医療学会東北支部ヨーガ部会長・ヨーガ療法士　佐藤美弥子 先生

ヨガの体位法や呼吸法を深く味わいましょう。今日は体が重い、今日はいつもよりよく曲げられると感じるはず。心と体のバランスが整えば、よく生きるパワーがみなぎってきます。ヨガ初心者の方も、いっしょにぜひお試しください。

おいしいソフトクリームを召し上がれ！

（2日間ソフトクリームの無料配布をいたします。数に限りがありますので、品切れの際はご容赦ください。）

私たちは食を通じて地域に笑顔をお届けしています。東日本大震災の被災地の方々にもソフトクリームで笑顔と元気をお届けして参りました。ご来場の皆さまにも“おいしい”笑顔をお届けします。

提供：日世(株)

29日(日) 大ホール 13:00～14:10 特別講演

作詞家・精神科医　きたやま　おさむ氏

人生物語の紡ぎ方

人間の心は二重構造をしている。「意識」と、その領域と対立して存在する、人を根底から動かす「無意識」。例えば建前と本音。心の裏側からの声を聞いていると人間は幼い頃から同じことを繰り返すという現象が見える。書き込まれた「台本」を、その後も無意識に相手役を変えながら繰り返す「過去からの反復」が癖になっている。特に問題行動や症状を抱えている人々は、情緒的に濃厚な関係になると、その「台本」を悲劇やまずい筋書きとして、あるいは逃避や失敗という形で繰り返す。この反復をとらえてその内容を言葉で描き出すという作業が「心の〈無意識の〉台本を読む」という営みの第1歩。人生を語り直すことで生き直すことにつながる。

〔専門は精神科〕

約40人の講師陣がわかりやすくお話しします。

大ホール・第1会場・第2会場では下記のようなセミナーが開催されます。

わかりやすい健康セミナー 最新の研究や医療情報をわかりやすく解説

セッションのご紹介

- 心臓の不調が気になる方に
- 知りたい！最新のアレルギー対策
- ここまで進んだ肝臓の治療法
- 健康の秘訣は呼吸にあり
- 見逃さないで目の老化
- がん治療の最前線を知る
- 脳とこころの健康医学
- いつまでも輝く女性でいるために

震災復興特別セッション「放射線と健康」

※上記セッションは一例です。このほかにもさまざまなセッションがございます。

桜展示ゾーン出展社

☆印の来場者特典は数に限りがございます。品切れの際はご容赦ください。

アルスイートあすと長町
＊免震・オール電化・防災対策完備の新築マンションの紹介

株式会社一の坊
＊宮城県内グループ店舗の紹介
☆藤田喬平ガラス美術館のポストカードおよび入館割引券配布

エコチル調査宮城ユニットセンター
＊エコチル調査事業（県内特定地域に居住する妊婦・子どもを対象に化学物質の曝露や生活環境等の環境要因が子どもの健康に与える影響の長期的な調査）についての普及・啓蒙
☆雑誌配布

NTT東日本 宮城支店
＊遠隔健康相談システムの展示・体験など

MSD株式会社
＊慢性腎臓病（CKD）に関する資料配布

株式会社カワチ薬品
＊健康ブース・・・血圧や骨健康度など無料測定
＊美容ブース・・・肌診断機によるチェック
☆各種サンプル配布

グラクソ・スミスクライン株式会社
＊入れ歯のお手入れ、義歯安定剤の使用について
☆歯磨き粉や義歯安定剤などサンプル配布

コセキ株式会社
＊電子血圧計による血管指標と血圧の測定

シーメンス ヒヤリング インスツルメンツ株式会社
＊最新補聴器体験
☆補聴器試聴予約券配布

資生堂販売株式会社　東北支社
＊資生堂ビューティー&ヘルス体験会
☆スキンケア商品のサンプル配布
☆健康ドリンク試飲会

仙台市医師会
＊【29日のみ】医師による健康相談コーナー（人数制限あり）

仙台コカ・コーラボトリング株式会社
＊夏に向けた熱中対策についての説明

株式会社タゼン
＊健康関連ガス機器展示
☆洗剤セット・工事割引券配布

株式会社DHC
＊関節系サプリメントを中心とした商品展示
＊健康食品にまつわるお悩み相談
☆サプリメントのサンプル配布

東北空調管理株式会社
＊お風呂用健康装置の実演展示

東北福祉大学 社会貢献センター 予防福祉健康増進推進室
＊生涯現役を目指した取り組みやダンベル体操などアクティビティの紹介と体験

トーメスヘアー株式会社
＊ヘアケアチェックのアドバイス
＊育毛・増毛・ウィッグの紹介
☆増毛・育毛体験の割引券配布

日本ベーリンガーインゲルハイム株式会社
＊睡眠や喫煙についてのパンフレット配布
＊肺の健康について
☆ドリンク剤・歯磨き粉などサンプル配布

ねんりんピック宮城・仙台2012実行委員会
＊ねんりんピック宮城・仙台2012の大会PR
＊応援メッセージや大会ボランティアの募集
＊むすび丸とのじゃんけん大会（お子様のみ）

ブリストル・マイヤーズ株式会社
＊B型肝炎の病態について
＊肝炎医療費助成についての情報提供
☆B型肝炎の病態、医療費助成に関するパンフレット配布

ミキモト コスメティックス
＊初夏の紫外線対策スキンケアについて
☆紫外線対策美白スキンケア商品のサンプル配布

みやぎ生活協同組合
＊食のみやぎ復興ネットワークの活動紹介パネルの展示

山形県鮭川村／西川町
＊【28日】山形県鮭川村産の「きのこ」や「食用ほおずき」のPR・村の交流拠点「エコパーク」の各種イベントの紹介
＊【29日】月山山菜料理とフラワートレッキングや 紅葉トレッキングなど季節ごとに楽しめる西川町の紹介

株式会社ランドネクサス
＊有料老人ホーム開設のお知らせ

スタンプラリーで「抽選」コーナー

講演を聞いてシールをゲット！
空クジなし！
素敵な商品が
いろいろ当たる抽選会

たとえばこんな商品が…
★有名ホテルのお食事券　★家にあるお米で手軽にパンが作れる話題のホームベーカリー
★キッチンにあると便利！最新調理家電　★安全でおいしい環境保全米
★おいしく食べて元気になる健康食品　…などなど

皆さまのお役に立つ、楽しい商品をご用意しております。

※プログラムの内容ならびに展示ブースの内容は予告なく変更になる場合があります。

主　催　東北大学　河北新報社　東北放送

共　催　学都仙台コンソーシアム　尚絅学院大学　仙台大学　東北福祉大学　東北薬科大学　東北経済連合会　日本健康科学学会　日本統合医療学会東北支部　日本計画行政学会東北支部

特別協賛　NTT東日本 宮城支店　MSD　カワチ薬品　食のみやぎ復興ネットワーク　SECOM　DHC　Bristol-Myers Squibb　信頼&安心 メガネの相沢　（五十音順）

協　賛　アルスイートあすと長町　株式会社一の坊　小野薬品工業株式会社　GINZA TANAKA　グラクソ・スミスクライン株式会社　コセキ株式会社　株式会社こばやし　シーメンス ヒヤリング インスツルメンツ株式会社　資生堂販売株式会社　仙台コカ・コーラボトリング株式会社　仙台市ガス局　株式会社仙台三越　第一三共株式会社　武田薬品工業株式会社　株式会社タゼン　トーメスヘアー株式会社　日本サプリメント株式会社　日本ベーリンガーインゲルハイム株式会社　ファイザー株式会社　ねんりんピック宮城・仙台2012実行委員会　花キューピット共同組合宮城支部　株式会社藤崎　ミキモト コスメティックス　山形県鮭川村／西川町　株式会社ランドネクサス

お問い合わせ　河北新報社営業本部営業部
TEL.022-211-1413（平日9:30～17:30）
FAX.022-227-0923