



フレイル予防
イメージキャラクター
「フレイル予防ローラ」

【メインテーマ】
健診受診率最下位からの脱出
みんなで健診に行こう！

健康ふくやま21

フェスティバル2025



【とき】 2025年（令和7年）

10月19日 日 **10:00～15:00**

【ところ】

**ポートプラザ日化
（ポートモール）**

広島県福山市入船町3-1-60



伸ばそう！健康寿命！
みなさんの健康づくりをお手伝いします♪

健康に過ごすためのヒントがたくさん♪

先着 **400** 名様

体験コーナー

- ★ 口腔内カメラによるお口の中の観察
- ★ 肺年齢や貧血測定、血管年齢測定などの健康チェック
- ★ ベジチェック【推定野菜摂取量測定】
- ★ 薬剤師体験
- ★ フレイルチェック体験
- ★ 健康相談【薬・禁煙・こころ】

こどもが楽しめるコーナーもあるよ！

ウォークラリー

ゆめタウン福山店舗内に設置されたクイズに答えて

プレゼント を **ゲット** しよう！



受付:1階 中央連絡通路沿い

主催：福山市、ふくやま健康づくり市民会議
問合せ先：福山市健康推進課
TEL (084) 928-3421
※8:30～17:15（土日祝日を除く）



詳細はこちらから →



会場案内図



国道2号線（北）

2階連絡通路

らせん階段

健康簡単チェック

内容：肺年齢・血流測定など
【福山大学薬学部】

お薬相談・禁煙相談・ 薬剤師体験（小学生以下）

内容：呼気中一酸化炭素濃度測定、おかしを分けてみよう
【福山市薬剤師会】

あなたのお口は元気ですか！

～いい歯とお口のために～
内容：簡易的舌圧測定、吹きゴマ（折り紙）でお口のトレーニング、歯みがき指導など
【広島県歯科衛生士会福山・府中地区会】

お口の中を探検

内容：口腔内カメラによるお口の中の観察、噛む力の測定、歯科相談など
【福山市歯科医師会】

どなたでもお気軽にご相談ください【予約不要】

こころの健康よろず相談

内容：精神科専門医によるお悩み相談
【広島県精神神経科診療所協会】

心の健康のために

～今日から試せるプチ・ストレス対処法の紹介～
内容：日常生活でのストレス対処法など
【福山大学人間文化学部心理学科】

貧血チェック

内容：貧血測定など
【福山大学生命工学部健康栄養科学科】

食べて元気に過ごそう

内容：ベジチェック、ベジフルレシピ、すごろく遊びなど
【福山市食生活改善推進員協議会】

地場産野菜の配布があるよ！

イベントポイントをGetしよう！

インフォメーション

うきうき♪ウォークラリー
内容：クイズ参加者にプレゼント
【健康推進課】

アプリ「健康マイレージ」

を活用した健康づくり
内容：機能紹介、ポイント付与
【健康推進課】

店舗スペース

天満屋八ピータウン

店舗スペース

ゆめタウン福山

中央連絡通路

フレイルチェック

内容：イレブン・チェック、手足の筋肉量測定など
【福山市フレイルサポーターの会】

絵本の読み聞かせもあるよ！

ずっと元気で自分らしくあるためにフレイルチェックをしてみよう！

家族で楽しむホッとタイム

～手遊び・ダンス・絵本の世界へ～
内容：手遊びリズムダンス、読み聞かせ、エプロンシアター
【キラキラサポーターの会】

骨密度・血管年齢測定

内容：骨密度・血管年齢の測定
【福山市医師会健診センター】

健康づくりのための運動

内容：握力測定、リズム体操など
【福山市運動普及推進員連絡協議会】

みんなでからだを動かしてみよう！

アルコールと健康ライフ

～健康を守るための飲酒のルール～
内容：アルコールパッチテスト、アルコールのお話など
【福山平成大学看護学部】

南側連絡通路

ふくやまSHINKAプロジェクト

測定会・プログラム体験
内容：eスポーツ体験会、簡単からだチェックなど
【高齢者支援課】

乳がん患者のための相談

内容：相談、乳がんモデル触診体験
【乳がん患者会福山アンダンテ】



「イベント健診」から申込み
※24時間予約可能

出張乳がん・大腸がん検診

内容：福山市の補助制度を利用したがん検診
【公益財団法人中国労働衛生協会】

Webサイトまたは
集団健診予約ダイヤルで事前にお申し込みください

電話：0120-602-489
※予約受付時間 9:00～17:00土日祝を除く

女性技師が対応します！

駐車場（南）

