

各戸1枚ずつお取りください

介護予防
ふりかえり交流会
こころの健康講演会
AIDS文化フォーラム

陸前高田市

はまかだ交流会



日時

2023
1/28 土
13:00~16:00
(開場 12:50)

会場

陸前高田市民文化会館
(奇跡の一本松ホール)
陸前高田市高田町字館の沖302番地3

※申込不要、
入場無料です



ステージ プログラム

【オープニング】ハワイアンフラ

第1部

🕒 13:00~13:50



介護予防 自主グループ活動発表会

市内で活動する『いきいき百歳体操』の
グループによる取り組み紹介

座長 岩手医科大学 教養教育センター
人間科学科 体育学分野 助教
陸前高田市はまかだ運動推進アドバイザー
佐々木 亮平 氏

第2部

🕒 14:00~14:50



こころの健康講演会 「心の健康と幸せを感じるための コミュニケーション」

講師 岩手大学 人文社会科学部 人間文化課程
教授 奥野 雅子 氏

フリートーク
出演 ヘルスプロモーション推進センター
オフィスいわむろ 医師 岩室 紳也 氏

第3部

🕒 15:00~15:50



AIDS文化フォーラム in 陸前高田 「AIDSとコロナに学ぶ感染症と人のつながり」

出演 中京学院大学 看護学部 看護学科
特任教授 日高 橘子 氏
陸前高田市はまかだ運動推進アドバイザー
佐々木 亮平 氏

座長 ヘルスプロモーション推進センター
オフィスいわむろ 医師 岩室 紳也 氏

エンドロ ル

🕒 15:50~16:00

上映「協力団体からのメッセージ」

出演 日本WHO協会 理事長 中村 安秀 氏



「はまかだ」とは・・・
“はまってけらいん、かだってけらいん”
(仲間に入って、話しましょう)の略称です。
市では、「はまかだ」をすることでお互いが元気になる
健康や幸せを感じられるまちづくりを目指し、
はまかだ運動を推進しています。

当日ボランティア募集中!

*主催:陸前高田市 はまかだ運動推進会議
*協力団体:あすなるホーム、おやこの広場きらりんきっず、三陸アーカイブ減災センター、高田暮舎、トナリノ、りくカフェ、
陸前高田市社会福祉協議会、陸前高田市食生活改善推進員協議会、陸前高田市保健推進員、陸前高田まちづくり
協働センター、陸高☆なでしこ会、りくmama+、りす整体院
*担当:市保健課、市地域包括支援センター *問い合わせ先:市保健課保健係 ☎0192-54-2111(内線241)

ブースで
はまかだ

🕒 13:00~15:45

ブースを回って、シールを貯めよう!
(1ブースにつき、1シールゲット★)
【お願い】当日このチラシをご持参ください。

手づくりお菓子の販売



あすなろホーム

紙バンドの 花ビーズづくり



トナリノ

指1本で ベジメータ測定



ハーブ茶コーナー

りくカフェ

手形アート



りくmama+

クレイ粘土でマカロン作り



おやこの広場きらりんきっず

座ってリラックス 肩揉み&ハンドorフットマッサージ



りす整体院

「思い出の品」返却会

“ずっとずっとふるさと陸前高田”
鑑賞会



三陸アーカイブ減災センター

こころとからだの 健康づくり守り人紹介



陸高☆なでしこ会

昔遊びDEあそぼう



陸前高田まちづくり協働センター

おうちの未来相談



レトロ雑貨の販売もあります

高田暮舎

くらしの応援窓口 情報ブース



陸前高田市社会福祉協議会

健康レシピ展示



陸前高田市食生活改善推進員協議会

はまかだマップ展示



陸前高田市保健課

シールラリー



名古屋市有志

シールを5つ貯めたら
名古屋市有志ブースで
記念品がもらえるよ!
(先着200名)

たくさん回って
「はまかだ」
してね♪