

## 「元気！2008 健康日本21～健やか生活習慣国民運動～」開催概要

### 1 目的

「適度な運動」「適切な食生活」「禁煙」を焦点とした生活習慣病予防のための新たな国民運動「健やか生活習慣国民運動」を産業界や地域社会等と連携しながら展開することとしており、そのキックオフイベントとして、広く国民に国民運動の周知を図るとともに、イベントへの参加や体験を通じて、来場者が「健やかな生活習慣」の爽快感や重要性に気づき、学ぶ機会を提供することを目的として開催する。

### 2 対象

国民一般

### 3 主催

厚生労働省

### 4 後援

内閣府、文部科学省、農林水産省、経済産業省、東京都、港区、TBS

### 5 開催日時・来場者数

平成20年11月7日（金）～9日（日）

7日（36,400人）

8日（33,000人）

9日（32,700人）

計 102,100人

### 6 内容

【会場】赤坂サカス サカス広場（港区赤坂5丁目）

#### (1) オープニングセレモニー

① 健康大使（加藤剛氏、中尾和子氏、服部幸應氏）や亀淵友香&VOJAによるセレモニー

② 舛添厚生労働大臣メッセージ（会場モニターでビデオレター上映）

#### (2) ステージプログラム

##### ① 健康大使による講演

○中尾和子氏「いつでもどこでもフィットネス」

○服部幸應氏「健康的な食生活」

○本多京子氏「クイズで学ぼう！栄養のこと」

##### ② 団体等によるステージ

○（社）日本看護協会／全国保健師長会

・佐賀県みやき町「いつまでも自分らしく元気にいこう」

・岩手県岩泉町「まめで達者もりもり元気～健康づくり自主グループ活動の取り組み～」

・宮崎市保健所「危うしカイゼンレンジャーレッド！」

○（社）日本フィットネス協会「ひばりエクササイズ」

- NPO 法人青果物健康推進協会「キレイの秘訣はフルーツ!フルーツと一緒にフルーツを食べよう」
- NPO 法人日本健康運動指導士会「からだスッキリ・チェアエクササイズ」
- NPO 法人ヘルスマネジメントあおぞら「若々しい血液で若さをゲットしよう」
- 亀淵友香&VOJA「おなかの底から歌おう！」
- よしもと笑うシニア. com「笑って学べる!お笑い健康ライブ」
- レスミルズジャパン「ボディコンバット」

### ③団体による出展

- (財) 結核予防会/NPO 法人日本呼吸器障害者情報センター「肺年齢測定」
- (社) 日本栄養士会「メタボ度測定・栄養相談等」
- (社) 日本健康倶楽部「骨密度測定・栄養指導」
- (社) 日本歯科医師会「ガムで咀嚼力・混合の判定等」
- (社) 日本理学療法士協会「片足立ち時間等各種体力測定」
- NPO 法人禁煙ネット「タバコ検査・血管年齢測定」
- NPO 法人地球足もみ健康法実践普及協会「足もみ健康法体験コーナー」

### ④企業による出展(企業名のみ)

(株)メルシー、ソフトバンクリブラ(株)、明治乳業(株)、(株)ディーエイチシー、(株)ルネサンス、シャープ(株)、みどりウエルプランニング(株)、ニプロ(株)、よしもと笑うシニア. com、(株)バンダイ、(株)タニタ、(株)エバニュー

### ⑤サカス健康ウォーク

(社)日本ウォーキング協会の協力の下に、赤坂サカス周辺を使用したウォーキングを実施。