

学生プレゼンツ「元気フェスタ！」

大学とアピオあおもりのコラボ事業で
「短命県返上！」

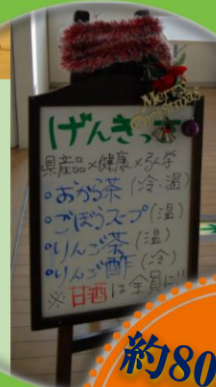
- 15の企画ブース ①足湯 ②血圧測定 ③ハンドマッサージ
④尿中塩分測定 ⑤四肢血圧測定 ⑥育児体験 ⑦視力 ⑧スト
レッチ体操 ⑨骨密度測定 ⑩ストレスチェック ⑪高齢者体験
⑫体力測定 ⑬子どもの遊び場(弘前大学の企画) ⑭リズム体操
⑮げんきっさ(弘前学院大学の企画)

参加住民の声

『もっと健康を意識して生活をおくりたい』
『運動不足がわかった。運動しようと思います』

学生の声

『自分の生活習慣、食生活を少し見直していこうと
思った』
『人に指導することで自分の勉強になり、健康を気
にした生活をしようと思った』



約80名の方々が来てくださいました!

予告

青森県立保健大学

平成28年度

「健やか力(ヘルスリテラシー向上サポート活動)」

「元気フェスタ! Part II」

企画は、青森県立保健大学看護学科2年生 と
弘前大学、弘前学院大学の学生
「短命県返上!を目指し、ヘルスリテラシーアップ」

日時 平成28年12月23日(金)
10時～14時

場所 アピオあおもり(全館)
青森市中央3丁目17の1

からだを知ろう

運動をしよう

食事を考えてみよう

リラックスしてみよう

おはなししよう

遊んでみよう

大学生プレゼンツ!

血圧などの測定やリズム・ストレッチ体操、足湯やハンドマッサージなどを実施します。小さな子ども達の遊び場もありますよ!大学生との楽しい交流の中で自分のカラダの事、健康に関する事について楽しく学びませんか!



血圧測定・四肢血圧測定



骨密度測定



ハンドマッサージ



リズム体操



高齢者疑似体験