

# 2017 わかやま健康フェア



日時 **4月16日** (日)  
**10:00~17:00**  
 (最終受付は16:00)  
 会場 **和歌山ビッグホール**

produced by **エバグリーン+**

参加無料

※当日は駐車場が大変混み合うことが予想されます。公共交通機関を利用してお越し頂けるようお願い致します。

## 測って健康

by **エバグリーン+**薬局

骨密度・血圧測定  
 体成分・血管年齢  
 肺年齢・ストレスチェック



## 運動で健康

息を少なく  
 歩幅は20%アップ!



※雨天の場合は会場内で行います。

・ご参加希望の方は、ノルディックウォーキング専用の受付窓口までお越しください。

### ノルディックウォーキングって?

ノルディックウォーキングは、ポールを使うことで全身の筋肉をたくさん刺激するので、普通のウォーキングよりエネルギー消費量が約20%も増加。体力づくり、スタミナアップ、減量などにとっても効果的です。

## 体力測定

Let's ロコモチャレンジ!  
 あなたの体力大丈夫? 「立ち上がりテスト」「反射神経テスト」などを、実際に行ってもらいアドバイスして頂きます!



produced by **fit style**  
 Fitness in life style

## 聞いて健康

# 和歌山県立医科大学タイアップ企画

## 講演会&トークショー!!

時間 **13:00~15:00** 会場 **軽運動場** 事前予約優先 定員 **300** 名様

和歌山県立医科大学学長

**岡村 吉隆氏**による講演



聞いて、学べて、  
 楽しいめる!

和歌山県立医科大学学長 **岡村 吉隆氏**と  
 ゲストによるトークショー♪  
 ~目指せ!健康いきいきわかやま県~

ゲスト



田中 理恵さん



ハイヒールモモコさん

こちらのQRコードより  
 ホームページに  
 アクセスができます!

講演テーマ **「ウェルビーイングー豊かな健康を維持するために」**

### 注意事項

- 途中入場はお断りさせていただきます。
- 途中退場は可能ですが、再度会場内へは入ることはできません。
- 講演中、お手洗いに行かれる際にはお近くのスタッフまでお声かけください。
- 当日の参加は定員に空きがある場合に限りさせていただきます。
- 定員が埋まり次第予約申し込みは終了させていただきます。
- 予約された方は当日**12:45**までに会場までお越しください。
- 予約されていても時間を過ぎた場合は、キャンセルとなります。
- お申し込みはエバグリーンホームページ、健康フェア特設ページまでお願いいたします。

ご参加のお申し込みは  
**エバグリーン**  
**ホームページから!**

エバグリーン 検索



※応募多数の際は抽選とさせていただきます。



岡村 吉隆

1978年、和歌山県立医科大学(以下和医大)を卒業。2001年に第一外科教授に就く。2010年に附属病院院長就任。2014年和医大理事長・学長に就任する。専門は心臓血管外科学で、心臓に関する研究を続け、様々な形で心疾患治療や予防に関する活動を行っている。



田中 理恵

和歌山県岩出市生まれ。6歳の時から体操を始め、2010年世界体操競技選手権大会で、ロンジン・エレガンス賞を日本女子で初めて受賞。2012年にはロンドンオリンピックに出場し、団体8位入賞、個人総合で16位の成績を残す。2013年現役を引退し、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会理事を務める。



ハイヒールモモコ

1982年11月にハイヒールを結成。1983年6月にデビュー後、翌年から様々な賞を受賞。2012年にコンビ結成30周年を迎えた。現在も番組の司会やゲストで活躍中。1993年に結婚し、出産、子育て、主婦の経験を活かした著書も数々出版している。

## 美から健康

花王ソフィーナ・  
 資生堂など  
 大手メーカー協賛!

・肌診断  
 ・メイク体験



## Kids 職業体験にチャレンジ!!

こども薬剤師体験

・対象年齢  
 年長から  
 小学6年生まで



こどもレジ体験

・対象年齢  
 年長から  
 小学6年生まで

