

13:30~16:30

(開場13:00)

午後  
の部

10:00~12:10

(開場 9:30)

午前  
の部

尼崎市制100周年

～100年先の未来の体もいまカラダ～

# 健康経営 秘話と タニタ食堂

## 健康・未来・経営を考えるフォーラム

## ヘルスアップ 尼崎戦略事業フォーラム

# あなたの血圧は 大丈夫??

## 認知症予防への第一歩

血压管理は認知症予防に  
つながるのです!!

主催 尼崎市/尼崎市未来いまカラダ協議会  
後援 協会けんぽ兵庫支部  
尼崎商工会議所

主催 尼崎市/尼崎市保険者協議会

講演 「健康経営を通じて期待するもの」

speaker 藤岡 雅美 氏  
経済産業省ヘルスケア産業課課長補佐

特別講演 「タニタ食堂秘話と健康経営」

speaker 谷田 千里 氏  
株式会社タニタ代表取締役社長

### パネルディスカッション

「まちの健康・未来・経営を考える」

座長  
facilitator 一谷 宣宏 氏  
尼崎未来いまカラダ協議会会長

稲村 和美  
尼崎市長

鈴木 清晃 氏  
株式会社ローソン顧問

山田 智之 氏  
松本信用金庫事業部課長代理

谷田 千里 氏  
株式会社タニタ代表取締役社長

藤岡 雅美 氏  
経済産業省ヘルスケア産業課課長補佐

講演、パネルディスカッションのほか、お知らせやポイント事業の紹介等もあります



当日午前の部・午後の部  
先着200名様に  
(株)ローソン様から  
糖質やカロリーを抑えた  
「ブランパン」をプレゼント!

講演 1 認知症予防への第1歩 あなたの血圧は大丈夫??  
血压管理は認知症予防につながります!!

speaker 大石 充 氏  
鹿児島大学心臓血管・高血圧内科学教授

講演 2 血圧にはやっぱり減塩!! ～血圧と塩の関係～

speaker 野口 緑  
尼崎市市民協働局長/  
大阪大学大学院医学系公衆衛生学招へい准教授

リレートーク 私はこうして、血圧が下がりました

脳トレ 体験してみよう  
～認知症予防のための脳とカラダの運動習慣

スポーツクラブルネサンス尼崎



日時

平成 28 年 1 月 28 日 (木)

ヘルスアップ 尼崎戦略事業フォーラム 10:00~12:10 (開場: 9:30)

健康・未来・経営を考えるフォーラム 13:30~16:30 (開場: 13:00)

場所

都ホテルニューアルカイク 3階 鳳凰の間

参加費: 無料 先着順・要申込

定員: 200名(午前・午後のいずれか一方のみの参加も可能です)

申込先: 尼崎市コールセンター | 06-6375-5639

受付時間: 平日 午前 8 時 30 分~午後 7 時/土・日・祝 午前 9 時~午後 5 時

申込受付: 平成 28 年 1 月 22 日 (金) まで

詳しいお問い合わせは、午前の部/尼崎市健康支援推進担当 06-6489-6797、午後の部/尼崎市ヘルスアップ戦略担当 06-6489-6621 まで

会場



都ホテルニューアルカイク  
尼崎市昭和通 2 丁目 7 番 1 号

# がんばる尼崎市民を応援いただける企業を **大募集!!**


## 「尼崎市未来いまカラダポイント事業」とは？

「尼崎市未来いまカラダポイント」は、2015年6月より始まった尼崎市民の皆さまが、健康なカラダづくりに取り組むとポイントが貯まり、好きな商品などと交換できる、尼崎市だけのうれしいポイントシステムです。

受ける 学ぶ 買う 体を動かす で **1000** ポイント ためて **1000円分** (相当) **商品などと交換!**

尼崎市だけ!



ポイントについて詳しくは <http://imakarada.jp> **未来いまカラダ**  ご覧ください



### がんばる尼崎市民を応援する企業が増えています!

カラダを動かしたり、野菜をたくさん食べたり…大事なのは分かっているけど…一人で続けるのは大変。そんながんばる市民を応援してくれる企業がどんどん増えてきています。下記のお店では、尼崎市民の健康生活を応援する対象商品などを販売しています。ポイント供与、商品交換、ポイント台紙も配布していただいています。

ローソン	市内全店	わいん・おさけいこま	立花町 1-19-1
ニシイチドラッグ	市内全店	ツナガリ珈琲館	県立総合医療センター南向かい
スポーツクラブネサンス尼崎	都ホテルニューアルカイクビル 4階	氏丸米穀店	「武庫の郷」交差点すぐ
お惣菜の店、弁当 グー・メール	武庫之荘 4丁目バス停近く	寿司 うを治	阪急武庫之荘駅北バス通り沿い
グンゼスポーツクラブつかしん店	つかしんタウンセンター内西街 2階	ジャパニーズ・ダイニング 大はま	阪神バス東灘波バス停前
シティスポーツクラブ尼崎ウッティ	阪急武庫之荘駅南徒歩 3分	トラットリア・ホスコ	七松町 3-2-17
中華 マミィ	立花東通商店街	尼崎緑化公園協会	上坂部西公園
marui 焙煎工房	立花町 1-15-1	イオン尼崎店	次屋 3-13-18
キッチン&カフェ エマール	南武庫之荘 1-29-9 アマコビル 1階	尼崎テクノランド	末広町 1-2-1
健康体操教室 Curves(カーブス)	市内全店	市民健康開発センターハーティ 21	南塚口町 4-4-8



### 目印はこのマーク! ポイントがもらえるお店や講座



イオン尼崎店



ローソン



中央公民館



氏丸米穀店

### うれしいポイント交換をされた方が続々!



ちょっと気になっていたヘルシーなお弁当やランチを食べて貯めました!  
健康でオトク、とてもうれしいです! (50代女性)

積極的にイベントやセミナーに参加して、あっという間に貯まりました! (40代男性)

スポーツクラブに通って貯めました!  
(70代男性)



続々  
達成中

