

笑顔・健康・活力あふれるまち阿南



あな
ん

健康まつり

2025年10月5日(日) 9:30~15:00

第1部：家族そろって楽しいイベントにご参加ください

9:30~11:30 阿南市文化会館

参加無料

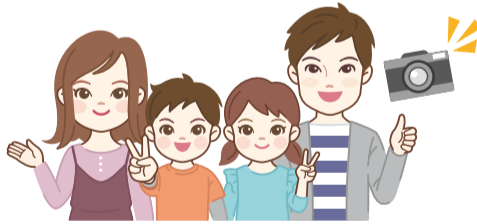
(1階) ホワイエ

- ★アルコール体質判定
(アルコールパッチにて体質測定)
- ★お酒に関する相談コーナー
- ★足育コーナー
- ★完歩マップ・
積立貯筋通帳コーナー
- ★減塩クイズコーナー
(先着50名プレゼントあり)
- ★野菜クイズコーナー
(先着50名プレゼントあり)
- ★知ってください！発達障害のこと



(1階) 視聴覚室

- ★★エアバルーンチャレンジ
～風船をうかせてみよう～
(こども限定)
- ★★フォトブース
(こども・親子限定)
- ★★カレンダーを作ろう
(先着150名)
- ★★阿波踊り体操体験コーナー
(1回目) 9:45~10:00
(2回目) 10:15~10:30
(3回目) 10:45~11:00
※各回15名まで



(2階) 研修室

- ★健康測定コーナー(体組成・握力)
- ★骨健康度チェック
- ★血管年齢チェック
- ★★脳年齢チェック(先着25名)
- ★ベジチェック
(推定野菜摂取量をチェック)
- ★AGEs測定
(老化物質の蓄積をチェック)
- ★自律神経測定
(自律神経の活性度をチェック)
- ★まちの保健室
(血圧測定・健康相談)
- ★★活力年齢チェック(先着25名)



●当日、各コーナーの混雑状況により人数制限する場合がありますのでご了承ください。

あな
ん健康まつり

スタンプラリー

先着
100
名様

- ★または★★コーナーに参加してスタンプをもらおう！
- ★はスタンプ1個 ★★はスタンプ2個

スタンプを7個集めると粗品をプレゼント!!

★裏面もご覧ください。

あなん健康まつり

第2部：健康講演会 阿南市文化会館夢ホール

入場無料

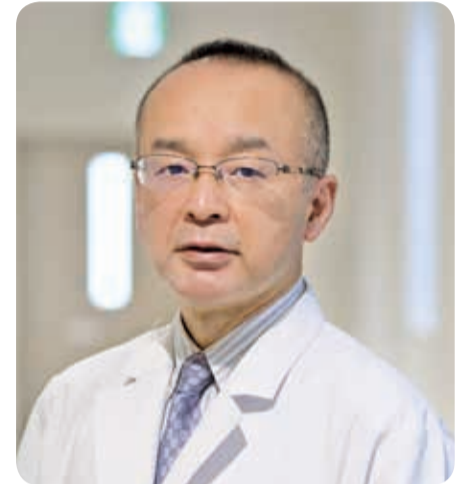
2025年10月5日(日) 13:00~15:00 (開場12:30~)

講演① 13:05~13:35

あなたとあなたの大切な人のために知っておきたい糖尿病の知識

講師：徳島大学大学院医歯薬学研究部 実践地域診療・医科学分野（寄附講座） 糖尿病・内分泌代謝内科学
JA徳島厚生連阿南地域医療教育センター

あ い はら けん いち
特任教授 **栗飯原 賢一** 氏



プロフィール

- 徳島県名西郡神山町出身
- 1991年 徳島大学医学部卒業
- 1991年 徳島大学医学部附属病院第一内科
- 1999年 東京大学分子細胞生物学研究所 研究員
- 2010年 文部科学省 研究振興局 学術調査官
- 2015年 徳島大学大学院医歯薬学研究部 血液・内分泌代謝内科学 准教授
- 2015年 徳島大学大学院医歯薬学研究部 糖尿病・代謝疾患治療医学分野（寄附講座）特任教授
- 2020年 徳島大学大学院医歯薬学研究部 実践地域診療・医科学分野（寄附講座）特任教授 現在に至る

講演② 13:40~15:00

おいしく食べて健康に ~ゆるやかな糖質制限のすすめ~

講師：北里大学北里研究所病院
やま だ さとる
病院長補佐・糖尿病センター長 **山田 悟** 氏



プロフィール

- 1994年 慶應義塾大学医学部卒業
- 1994年 慶應義塾大学医学部内科学教室入局
- 1996年 東京都済生会中央病院
- 1997年 東京国保南多摩病院
- 1998年 慶應義塾大学医学部内科学教室腎臓内分泌代謝研究室
- 2000年 東京都済生会中央病院
- 2001年 慶應義塾大学医学部内科学教室腎臓内分泌代謝研究室
- 2002年 北里研究所病院
- 2007年より 北里研究所病院 糖尿病センター長
- 2021年より 北里大学北里研究所病院 病院長補佐 現在に至る

**入場無料ですが、
入場整理券が必要です**

9月1日(月) 9:00から入場整理券を配布します。

(1人につき2枚まで配布。先着順で無くなり次第、配布終了) 定員600名

配布場所 阿南市保健センター・羽ノ浦支所・那賀川支所・各住民センター

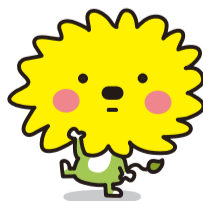
講演会終了後、

阿南市特産品詰め合わせ(10名様)

があたる抽選会を行います。

整理券が抽選券になりますので必ずお持ちください。

※駐車場が限られておりますので、ご来場の際は乗り合わせで
お越しいただくか、公共交通機関をご利用ください。



お問い合わせ先

阿南市保健センター

〒774-0045 阿南市宝田町荒井6-1 阿南健康づくりセンター(あなん健康館内)
TEL: 0884-22-1590 FAX: 0884-22-1894

案内図

