

**健康フェア 2023**  
～歌って笑って元気なココロとカラダづくり～  
**開催報告**

一般社団法人 食とコミュニケーション研究所主催の健康フェアを下記の通り開催いたしました。

1. テーマ 健康フェア 2023～歌って笑って元気なココロとカラダづくり～
2. 会場 浜松ギャラリーモール ソラモ（浜松市中区砂山町 320 - 1）
3. 開催日時 2023年3月26日(日) 11時～16時
4. 参加費 無料
5. 主催 一般社団法人 食とコミュニケーション研究所
6. 後援 浜松市、静岡県栄養士会、静岡県歯科衛生士会、静岡県言語聴覚士会、静岡県理学療法士会、静岡県作業療法士会、静岡県看護協会、しずおか言友会、日本介護食品協議会、FM Haro! （順不同）
7. 協賛 しずおか言友会、ニュートリー株式会社、やまと興業株式会社、キッセイ薬品工業株式会社、株式会社ヘルシーネットワーク、ヘルシーフード株式会社、マルハチ村松株式会社、伊那食品工業株式会社、新田ゼラチン、FM Haro!、聖隷クリストファー大学 （順不同）

8. 開催目的

- ・浜松市民にフレイルの知識を教授しながら自身の健康度をセルフチェックし、元気度を高めるための指導や情報提供を行う。
- ・元気の継続のために、口の機能維持や栄養の重要性、コミュニケーション活動の必要性を理解する。

9. 実施内容

- (1) フレイル予防 歌と体操イベント
- (2) 講演会
- (3) 健康チェック（フレイルを中心としたチェック）
- (4) 健康相談・栄養相談
- (5) 情報提供・専門家指導
- (6) 歌のライブとお笑いショー

## 10. プログラム

11:00 ~ 11:10	健康フェア2023 オープニング
11:10 ~ 11:25	はたから音頭など曲紹介
11:25 ~ 11:50	栄養のプロ金谷節子先生 トークセッション
11:50 ~ 12:00	健康チェック、出展ブースのご紹介
12:00 ~ 13:00	アノエリカ スペシャルライブ in Hamamatsu
13:00 ~ 13:45	パタカラライブ みんなでパタカラ
13:45 ~ 14:00	お口の健康啓発トーク
14:00 ~ 14:30	笑う門には福来る！ リスナップステージショー
14:30 ~ 14:55	お口のプロ牛山京子先生 トークセッション
15:00 ~ 15:45	パタカラライブ みんなでパタカラ
15:50 ~ 16:00	フィナーレ

## 11. 会場の様子



<ステージ>

● パタカラライブ みんなでパタカラ

「パタカラ」の発音をふんだんに盛り込み作成されたフレイル予防に役立つ「はたから音頭」をはじめ全4曲を紹介し、曲に合わせて考案された体操を会場の皆さんと実施しました。



<ステージ>

●金谷節子先生トークセッション

●牛山京子先生トークセッション

管理栄養士 金谷節子先生と歯科衛生士 牛山京子先生から、栄養状態と口腔機能を高める重要性を講話いただきました。



● 出展ブースの紹介

協賛企業様から提供いただいた商品をご紹介します



● 商品紹介・情報提供、相談ブース

協賛企業様からご提供いただいたサンプルの説明と配布を行いました。

栄養士、歯科衛生士、言語聴覚士など、各専門領域の専門家による相談を行いました。



### ● 健康チェックとトレーニングブース

身体機能、口腔機能、呼吸機能をはじめとする各機能はフレイル予防に重要です。体組成計や舌圧測定器、咬合力計等を用いて自身の状態を把握していただき、フレイル予防に有益な情報提供を行いました。また、表面筋電バイオフィードバックを用いて嚥下力向上のためのトレーニングを紹介しました。



<ステージ>

● アノエリカ スペシャルライブ

● リスナップ ステージショー

歌手のアノエリカさん、漫才コンビのリスナップさんを招き、歌と笑いでこころの活力をアップしました。



● 販売ブース

食とコミュニケーションエッセイコンテスト受賞作品集「笑顔のかたち1」や失語症の方と研究所がコラボレーションして作成したカレンダーや絵はがき、レターセットなどを販売しました。