



【発信日】令和4年9月16日

【問合わせ先】

大野市役所

(健康) 健福祉部健康長寿課 井上、袖川、伊藤

電話 0779-65-7333 内線4134

(食守) 越前おおの食守フェスタ実行委員会

(地域経済部農業林業振興課内) 帰山、山内

電話 0779-64-4818 内線1904

(体力測定) 健福祉部スポーツ推進課 横田、平瀬

電話 0779-65-5592 内線8013

ここからはじまる 健康づくり！

～健康★食守フェスタ2022～

現在の健康状態を把握し生活習慣を振り返るとともに、実際に「見る」「体験する」ことで、日頃から運動や食育に取り組むきっかけづくりを目的に「健康★食守フェスタ2022」を開催します。つきましては、この取組を市内外に広く周知したく、事前及び当日の取材をお願いします。

記

- 1 日 時 10月9日(日) 午前9時から午後3時
- 2 場 所 大野市エキサイト広場総合体育施設
- 3 内 容 「健康」「食守」「体力測定」の3つのエリアを設置
(詳細は、別紙チラシをご覧ください)
「健康」
 - ・NHK「みんなで筋肉体操」でおなじみの谷本道哉さんによる講演
午前10時30分から「筋肉博士が直伝 最強トレーニング」【抽選で40人、申込先：健康長寿課】
午後1時30分から「おおので筋肉体操」【予約不要】
 - ・連携協定事業者等によるブース設置と体組成計による計測
(明治安田生命、協会けんぽ、大塚製薬、(株)ファイネス)「食守」
 - ・第15回越前おおの食守フェスタとして、食育に取り組む団体のパネル展示やクイズラリー(10月8日(土)正午～10日(月))、試食の提供や紙芝居(正午まで)「体力測定」
 - ・体力測定

※同会場で、いろいろなスポーツが体験できる第 26 回大野市スポーツ・レクリエーション祭を開催します（正午まで）

4 主 催 大野市・越前おおの食守フェスタ実行委員会

- 5 そ の 他
- 3つのエリア制覇で賞品をプレゼントします。
 - 「お子様ハロウィンイベント」として、小学生以下の来場者が各ブースを回るとお菓子がもらえます。（先着200人）
 - 小学生以下のスポーツ・レクリエーション祭参加者にもお菓子がもらえます。
 - クイズラリーの全問正解者には、抽選で賞品が当たります。

ここからはじまる 健康づくり!



健康☆食守フェスタ2022

ヘルスウォーキングプログラム参加者は
フェスタ参加で200ポイント進呈!!

大人気!

NHK「みんなで筋肉体操」で
おなじみの
谷本道哉さんが
やって来る!!

★特別レッスン 抽選で
限定40人
「筋肉博士が直伝
最強トレーニング」
午前10時30分～
11時45分

申込先:健康長寿課
申込期限:9月26日まで

Let's Kinniku Together! /

★みんなでレッスン
「おおので筋肉体操」
午後1時30分～
2時45分

♥ 誰でも参加できます。
楽しく正しい体操を
伝授します。



日時 10月9日(日)
午前9時～午後3時

場所 大野市エキサイト広場

持ち物 内履き 参加料 無料

★全エリア制覇で粗品プレゼント!★

健康エリア 午後3時まで

自分の健康状態をチェックし、自分に合った健康づくりの
ポイントを見つけましょう。

- 内容● ▶明治安田生命 「ベジチェック」「血管年齢測定」
- ▶協会けんぽ 「ロコモチェック」
- ▶大塚製薬 「体調管理のコツ」
- ▶(株)ファイネス 「指1本で貧血チェック」
- ▶健康長寿課 「体組成計」

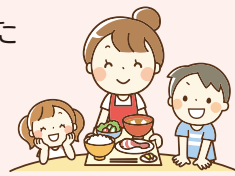
問 健康長寿課 TEL.65-7333(平日 午前9時～午後5時)

食守エリア 第15回越前おおの食守フェスタ

食育に取り組む団体の展示や試食をヒントに、「食」を通じた
健康づくりを考えてみませんか。

- テーマ● 食で健幸なところと体を育てよう
- 内容● ▶食育活動のパネル展示とクイズラリー
開催期間:10月8日(土)正午～10日(日)午後9時
- ▶試食や紙芝居
開催期間:10月9日(日)午前9時～正午

問 越前おおの食守フェスタ実行委員会(農業林業振興課内 TEL.64-4818)



クイズ全問正解者には、抽選で
豪華商品プレゼント!

お子様
ハロウィン
イベント

各ブースを
まわって
お菓子を
GET!!



体力測定エリア 正午終了

自分の体力年齢を測定してみませんか。

- 内容● 20～64歳、65～79歳対象の2つのメニューがあります。
- 対象● 20歳以上
- 受付● 時間内に随時受け付けします

問 スポーツ推進課 TEL.65-5592



同会場で 第26回大野市
スポーツ・レクリエーション祭開催

いろんなスポーツが体験できます

【主催】大野市・越前おおの食守フェスタ実行委員会



たにもと みちや 谷本 道哉 氏

順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科 先任准教授
日本オリンピック委員会医科学スタッフ
日本ボディビル連盟医科学委員

1972年生まれ。静岡県出身。

大阪大学工学部卒。東京大学大学院総合文化研究科博士課程修了、博士(学術)を取得。国立健康・栄養研究所 特別研究員、東京大学 学術研究員、順天堂大学 博士研究員、近畿大学講師を経て2013年4月～2022年3月まで同准教授。2022年4月より順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科 先任准教授。

専門は筋生理学、身体運動科学。「筋肉は裏切らない」で流行語大賞にもノミネートされたNHK『みんなで筋肉体操』、『あさいチ』など出演。全世代へ向けて運動の効果をわかりやすく解説している。

座右の銘は「人は変わる」

テレビ出演 ○みんなで筋肉体操 ○あさいチ ○所さん!大変ですよ ○ホンマでっか!?TV
○モーニングショー ○筋肉アワー などメディア出演多数

著書 ○筋トレまるわかり大事典 ○スロトレ完全版 ○35歳からのカラダルールBOOK
○すごい筋肉貯金「ながら筋トレ」で死ぬまで歩ける筋肉を貯める方法 など多数

谷本道哉さん講演会について

午前中の講演「筋肉博士が直伝 最強トレーニング」は抽選制です。抽選結果は9月末頃にご連絡いたします。

申込期限：9月26日(日)

申込先：健康長寿課

TEL.65-7333(平日 午前9時～午後5時)

★午後は予約不要です。どなたでもご参加できます！
家族みんなで Let's Kinniku Together!!

大野市スポーツ・レクリエーション祭

色々なレクリエーションスポーツを体験して、
スポーツの秋を楽しみましょう。

開催日：10月9日(日)午前9時～正午
場所：エキサイト広場、明治公園にて

参加
無料

申込
不要

空手道

スティックリング

弓道

バウンドテニス

インディアカ

ビームライフル

グラウンド・ゴルフ

ニュースポーツ

エスキーテニス

食守エリア

★パネル出展団体(17団体)

- いとよ保育園
- 大野市学校栄養士研究会
- 大野市消費者グループ連絡協議会
- 福井県消費生活研究会(奥越ブロック)
- 大野市食生活改善推進員連絡協議会
- 大野生活学校
- さかだに特産工房
- JA福井県女性部テラル支部
- NPO法人フードヘルス石塚左玄塾
- 野菜ソムリエ
- 福井県奥越健康福祉センター
- 福井県奥越農林総合事務所
- 奥越地区農業振興協議会
- 大野市生涯学習・文化財保護課
- 大野市環境・水循環課
- 大野市防災防犯課
- 大野市農業林業振興課

大野生活学校は、紙芝居「フグのふーちゃん海へ行く」を上演します♪



* それぞれのパネルの内容に基づいたクイズが出題されています。(答えはパネルをよく見てね！)
全問正解者には、抽選で豪華商品をプレゼントします！