

令和7年10月17日

ひろしま健康づくり県民運動推進会議
実行組織の長 様
構成会員団体の長 様

ひろしま健康づくり県民運動推進会議
会 長 湯 崎 英 彦

(事務局)
公益財団法人広島県地域保健医療推進機構内
〒734-0007 広島市南区皆実町1-6-29

県民の健康づくり啓発イベント「ウェルネスフェス HIROSHIMA」の周知について（依頼）

時下、益々御清祥のこととお慶び申し上げます。

当推進会議の事業運営につきましては、平素より格別の御理解と御協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、6月11日に開催いたしました総会において説明を行った標記のイベントを下記のとおり開催することとなりました。

つきましては、添付の広報チラシをもとに、広く周知していただきますようお願いいたします。
広報チラシの印刷物も用意しております。御入用であれば、事務局まで御連絡ください。

記

<イベント概要>

日 時	令和7年11月22日（土）10時～16時
場 所	ひろしまスタジアムパーク（広島市中区基町15）
主 催	広島県、ひろしま健康づくり県民運動推進会議
内 容	運動・睡眠・骨粗鬆症予防に関し、自身の生活習慣を振り返りとなる体験型ブース・プログラムを設け、健康で豊かに暮らすことのメリットにあわせ、日常生活に取り入れられそうと思える情報やライフスタイルを発信・提案する。

※イベントの詳細は別紙のとおりです。

【お問い合わせ先】

公益財団法人広島県地域保健医療推進機構

顧客サポート課 河 原

TEL (082) 254-7155 FAX (082) 254-7132

メールアドレス kikaku@hiroshima-hm.or.jp



県民の健康づくり啓発イベントについて

1 開催目的

本県の女性の健康課題も踏まえ、健康づくりの推進のための啓発イベントを次の目的で開催する。

- 健康でありたいと思っているものの、実際には望ましい睡眠・運動習慣が獲得できていない層（若年層・子育て層等）を対象に、日常生活に健康づくりのための行動を取り入れ、より豊かに暮らすためのヒントを得る機会を提供することで、男女ともに若い時期から自身の健康の維持向上のために生活習慣を見直すきっかけとする。
- 「ひろしま健康づくり県民運動推進会議（健民運動）」を中心に、市町や企業等の多様な主体と連携し、社会全体で個人の健康づくりを支援するという意識醸成を図る。

2 開催概要

日時：令和7年11月22日（土）10時～16時

場所：ひろしまスタジアムパーク

主催：広島県、ひろしま健康づくり県民運動推進会議

協力：味の素株式会社、暮らし探求メディア くらしちゃん、広島修道大学、広島県牛乳普及協会（公財）広島県サッカー協会、広島県酪農業協同組合、LIVING TECH 協会

協賛：アヲハタ株式会社、カゴメ株式会社、カルビー株式会社、ひろしまスタジアムパーク

3 イベントタイトル

『ウェルネスフェス HIROSHIMA』

— MOVE！ひろしま健民！

○メインコンセプト

いまと将来の自分のために『暮らしにプラス健康によいこと → より豊かな毎日を』

【本イベントをとおして県民にどうなってほしいか】

- ・健康上の問題を感じておらず、若干の無理が効くからこそ、運動や睡眠習慣が疎かになってしまう人でも、日ごろの生活に「健康に良いこと」を少しプラスすることで、健康に暮らせるということをメリットに感じられる。
- ・「自身の不調に気づき、身体をいたわり、自分を癒す」という意識が広がり、健康であることで、日々のパフォーマンスが上がる、自分の思い描く人生が実現できるなど、全てのライフステージにおいて、より豊かで充実した毎日を実現できる。

○広報用コピー

- ・わたしの暮らしに、ちょっといいこと
- ・カラダとココロ、整えよ

4 コアターゲット層

健康でありたいと思っているものの、実際には望ましい睡眠・運動習慣が獲得できていない層

若年層：現状は健康を差し迫った課題として捉えにくく、運動や睡眠への関心が低い

子育て層：時間的・心理的な余裕がなくて運動できない、家事や育児のため睡眠が確保できない

5 内容

運動・睡眠・骨粗鬆症予防に関し、自身の生活習慣を振り返りとなる体験型ブース・プログラムを設け、健康で豊かに暮らすことのメリットにあわせ、日常生活に取り入れられそうと思える情報やライフスタイルを発信・提案する。

(1) ステージプログラム (ステージ・芝生ひろば)

No	時間	場所	内容	登壇者 等
1	10:00～10:10	ステージ	開会宣言	ひろしま健民運動推進大使 山内泰幸 氏
2	10:10～10:40	ステージ	Let's get moving! 体に良いこと「プラス 10 (テン)」	日本健康運動指導士会広島県支部 松本直子 様
3	10:45～11:15 12:10～12:40 13:30～14:00	芝	#うごチャレ 親子 de ボール遊び	広島県 (協力) 広島県サッカー協会
4	11:20～12:00	ステージ	快眠トレンド最前線 2025 ～睡眠科学と住まいのトレンドから考える、子育て世代の眠りと健康～	ルームクリップ (株) RoomClip 住文化研究所 研究員 荒津 桂 (あらつ かつら) 様 西川 (株) 日本睡眠科学研究所 所長 [技術士 (情報工学・総合技術監理)] 野々村琢人 (ののむらたくと) 様
5	12:45～13:25	ステージ	忙しいあなたに届ける休息のヒント	くらしちゃん編集長 mineral 株式会社代表 平田侑子 様 (株) Yogibo 執行役員 大森 一弘 様
6	14:10～14:30	ステージ	「暮らし探求メディアくらしちゃん」コラボ 健康〇×クイズ大会	くらしちゃん編集長 平田侑子 様 ひろしま健民運動推進大使 柊田絵理奈 氏
7	15:00～15:50	芝	サンセットパークヨガ	sur YOGA 代表取締役/ヨガ講師 大下 瞳美

(2) ブース

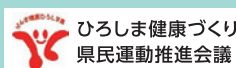
No	ブースタイトル	出展者	内容
1	薬剤師、あなたの健康ささえ隊	(公社) 広島県薬剤師会	骨粗鬆症の予防、一般用医薬品、おくすり手帳活用方法など、様々な相談をお受けします。
2	自分を知ろう！ 「体力測定とパーソナルアドバイス」	日本健康運動指導士会 広島県支部	運動指導のプロが体力測定の結果による個別のパーソナルトレーニングをアドバイス！
3	ウォーキング教室 ピースウォークひろしま ツデーin 廿日市 (広島コース) チェックポイント	広島県ウォーキング協会	ウォーキング教室 (講師：渡部広島大学名誉教授) の開催 (11 時、12 時半、14 時～各 30 分) 及び関連のパネル展示 第 18 回ピースウォークひろしまツデーin 廿日市 (広島コース) 参加者のチェックポイント
4	Good morning! わなげ で あそぼ	ひろしま食育・健康づくり 実行委員会 (協力) 味の素株式会社、 広島修道大学 (協賛) アヲハタ株式会社、 カゴメ株式会社	わなげで楽しく遊びながら、「朝食を毎日食べるとこんなにいいこと」を学びましょう
5	みんなで「骨活」コーナー	広島県	骨活に大切なポイントをお伝えします。測って・知って、今日からみんなで骨活！
		広島県酪農業協同組合 広島県牛乳普及協会	搾乳体験ができます
		県立広島大学 コツコツ健康増進号	あなたの骨密度は大丈夫？本格的な骨密度測定、結果の説明、ワンポイントアドバイスがその場で受けられます [無料] 先着 120 名 整理券配布 午前分 (48 名) 9 時半～ 午後分 12 時半～ (72 名)

6	テクノロジーで健やかな暮らし展	(協力)リビングテック協会	暮らしをテクノロジーで豊かに。 ”カラダとココロにちょっといいことをプラス”な暮らしかたをご提案します
7	「健民会議」の活動紹介	ひろしま健康づくり県民運動推進会議	健民運動推進会議を構成する実行組織・構成団体及び協賛会員を紹介します。 (ポスター展示、がん検診の啓発、薬草に親しむ会の紹介、健康読本の配布 等)
8	体幹覚醒体験会 ～いつでも・どこでも・誰でも体幹を目覚めさせ健康な身体を！	株式会社 体育社	健康な身体を保つための基本となる体幹機能をチェックします。

※ ステージプログラム・ブースの内容は、10月10日時点のものであり、今後、内容が変更になる可能性があります。

○「ウェルネスフェス HIROSHIMA」の案内ホームページ

<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/55/wellnessfeshiroshima.html>



わたしの暮らしに、ちょっといいこと

MOVE!ひろしま健民!//

ウェルネス ひろしま フェス HIROSHIMA

2025年 11/22 10:00~16:00

ひろしまスタジアムパーク 芝生ひろば

カラダと
ココロ、
整えよ

ステージ | 10:00~

10:10~10:40

Let's get moving!体に良いこと「プラス10」

日本健康運動指導士会
広島県支部
松本 直子 様



ゲスト

ひろしま
健民運動推進大使
山内 泰幸 氏



11:20~12:00

快眠トレンド最前線2025

~睡眠科学と住まいのトレンドから考える、
子育て世代の眠りと健康~

ルームクリップ(株)
RoomClip
住文化研究所研究員
荒津 桂 様



西川(株)
日本睡眠科学研究所 所長
[技術士(情報工学・
総合技術監理)]
野々村 琢人 様



14:10~14:30

「暮らし探求メディアくらしちゃん」コラボ 健康〇×クイズ大会

司会 くらしちゃん編集長
平田 侑子 様

参加賞
あり

ゲスト

ひろしま健民運動
推進大使
栢田 絵理奈 氏



芝生ひろば | 10:00~

#うごチャレ 親子deボール遊び

(1)10:45~ (2)12:10~ (3)13:30~

協力:(公財)広島県サッカー協会 ※各回30分間

広~い芝生で、
子どもと楽しく
遊びながら
カラダを動かそう!
Let'sうごチャレ!



15:00~15:50

サンセットパークヨガ

sur YOGA 代表取締役
ヨガ講師
大下 瞳美 様

日常生活に取り入れられる
ヨガの楽しさを体感ください!



ブース | 10:00~16:00

薬剤師、
あなたの健康ささえ隊
骨粗鬆症予防など、
様々な相談に応じます
(公社)広島県薬剤師会

ウォーキング教室
広島県ウォーキング協会

みんなで「骨活」コーナー 骨活に大切なポイントをお伝えします。

搾乳体験

広酪ミルミルに
会えるよ

広島県酪農業協同組合
広島県牛乳普及協会



骨密度測定【先着120名】

あなたの骨密度は大丈夫?
本格的な骨密度測定と
結果説明がその場で受けられます。

県立広島大学 コツコツ健康増進号

整理券配布 午前分9:30~ 午後分12:30~



無料

自分を知ろう! 「体力測定とパーソナルアドバイス」

日本健康運動指導士会広島県支部

Good morning!

わなげであそぼ

ひろしま食育・健康づくり実行委員会
協力:味の素株式会社、広島修道大学

スタジオ2 | 10:00~16:00

テクノロジーで 健やかな暮らし展

協力:LIVING TECH 協会



”カラダとココロにちょっといいことをプラス”な
暮らしかたをご提案します

ひろしま健康づくり県民運動推進会議

・構成団体等の取組紹介

・体幹覚醒体験会

※各回30分間

(1)11:00~ (2)11:40~ (3)13:00~
(4)13:40~ (5)14:20~ (6)15:00~

いつでも・どこでも・誰でも
体幹を目覚めさせ健康な身体を!
協力:(株)体育社



主催:広島県・ひろしま健康づくり県民運動推進会議

協力:味の素株式会社、暮らし探求メディアくらしちゃん、広島修道大学、広島県牛乳普及協会

(公財)広島県サッカー協会、広島県酪農業協同組合、LIVING TECH 協会

協賛:アヲハタ株式会社、カゴメ株式会社、カルビー株式会社、ひろしまスタジアムパーク

お問い合わせ

広島県健康福祉局健康づくり推進課
TEL:082-513-3076

※天候等により、イベントの内容が変更または中止となる場合があります。
※掲載の写真はすべてイメージです。

