

第38回 まつやま市民シンポジウム

10:00～ まつやま市民シンポジウム開会

10:16～ メインシンポジウム

～普遍的なウェルネス社会について～

※着席には限りがあるため、早めにご来場ください。

講師1：愛媛大学社会連携推進機構

前田 眞教授

講師2：料理研究家&食育アドバイザー

中村 和憲氏

その他、身体・心・社会の健康の専門家が登壇予定

11:17～ 松山市健康マイレージ事業紹介

11:31～ TeamEHIME×体力測定対決

13:10～ 井坂彰の健康体験ブース紹介

13:41～ 地域活性化まつやま若者サミット活動報告

13:56～ 健康経営PR

14:16～ キャンプフォトコンテスト

「ぼくのわたしの夏休み2022」

14:35～ 自宅でハッスル！鍛えてマッスル！講座

講師3：元マンダリンパイレーツ

近藤 幸志郎氏 (REBODY STUDIO COLORS)

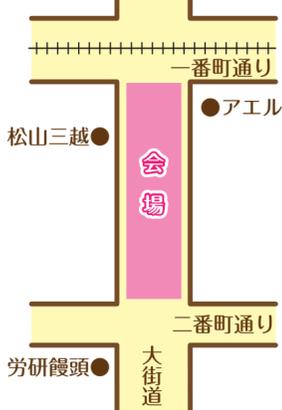
15:21～ 認知症予防について

2022

10/2 [SUN]

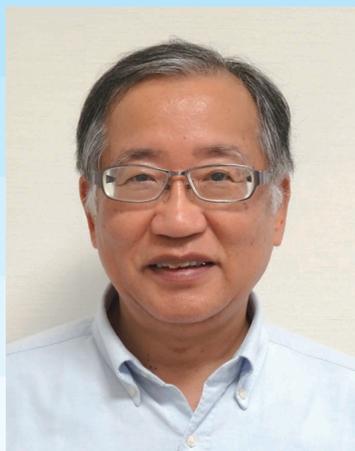
10:00～16:00

松山市大街道商店街



ウェルネス × まちづくり

～高まる健康価値～



愛媛大学社会連携推進機構
前田 眞教授



料理研究家&食育アドバイザー
中村 和憲氏



元マンダリンパイレーツ
近藤 幸志郎氏

◎からだの健康ブース◎

- プロスポーツ選手に挑戦！体力測定チャレンジ！ブース
- 東雲ベジガール×アサヒユウアス野菜スムージーブース
- ※事前登録ブースで、松山市健康マイレージ事業に事前登録いただいた方に無料配布
(午前・午後ともに限定50名様)

◎こころの健康ブース◎

- キャンプフォトコンテスト「ぼくのわたしの夏休み2022」展示ブース
- ストレスチェックブース・認知症予防ブース
- 焼きバームクーヘン体験

～キャンプ場が大街道にやってくる～

◎社会の健康ブース◎

- 若者サミットブース
- 健康経営ブース
- フードドライブブース

共催：公益社団法人松山青年会議所、松山市

後援：松山市教育委員会、松山市文化・スポーツ振興財団、日本産業カウンセラー協会

愛媛大学、松山大学、東雲短期女子大学・短期大学、聖カタリナ大学

南海放送、テレビ愛媛、あいテレビ、愛媛朝日テレビ、愛媛CATV、愛媛新聞社

FM愛媛、えひめリビング新聞社、タウン情報まつやま、松山市SDGs推進協議会 (順不同)

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

私たちは持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

JCI Matsuyama



詳しくは、松山青年会議所 検索

第38回まつやま市民シンポジウム

「ウェルネス × まちづくり ～高まる健康価値～」

コロナ禍で健康に対する意識が高まっているのではないのでしょうか？SDGsでも「健康と福祉」が取り上げられており、本シンポジウムを通して、心身や環境・社会の健康を基盤にした街づくりについて考えてみませんか？皆さまの健康が松山市全体の健康に繋がります。豊かなで健康な人生をデザインしていきましょう。

メインシンポジウム ～普遍的なウェルネス社会について～

心身の健康を整えることで生活環境や社会環境にも良い影響を与え、豊かで輝ける人生を歩んでいくことができます。身体・心・食の専門家による普遍的で持続可能なウェルネス（健康）社会について意見交換を交えてお話いただきます。一人ひとりの取り組みが社会全体を健康にし、持続可能なまちづくりへとつながっていきます。一緒にウェルネス（健康）への理解を深めてみませんか？

からだの健康ブース

- ◎**プロスポーツ選手に挑戦！体力測定チャレンジ！**ブース「トップアスリートの身体能力の高さを体感！」
小学校に設置されている体力測定器具を用いてプロスポーツ選手の記録に挑戦できるブースです。スポーツを体験できるコーナーもご準備しています。
- ◎**自宅でハッスル！鍛えてマッスル！**講座「会場でトレーニング体験！参加費無料！」
REBODY STUDIO COLORSのイケメントレーナー、近藤幸志郎による簡単にできる健康トレーニング講座です。普段の生活の中で、健康増進からシェイプアップまで幅広いジャンルの手軽にできるトレーニングをステージ上で講師が紹介します！
- ◎**東雲ベジガール × アサヒユウアス野菜スムージーブース** 野菜の摂取量は足りていますか？
松山東雲女子短期大学食物栄養科の「東雲ベジガール」が野菜スムージーの提供を行います。（松山市健康マイレージ事業に事前登録で無料プレゼント※数に限りがあります。）KAGOME ベジチェックで野菜摂取量をチェック！日頃から野菜をたくさん摂取していますか？この機会に無料診断してみましょう！



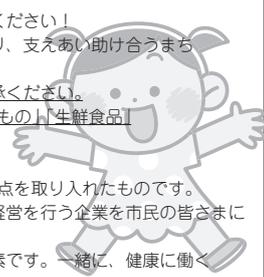
こころの健康ブース

- ◎**キャンプフォトコンテスト「ぼくのわたしの夏休み2022」**
2022年7月25日～2022年8月31日までの期間、開催したフォトコンテストの応募作品を展示します。みんなのキャンプ写真を見てキャンプ気分を味わってみませんか？
- ◎**キャンプ体験ブース（午前・午後ともに先着50組限定）**
焼きバウムクーヘン体験！大街道でキャンプ気分を味わおう！キャンプで大人気の焼きバウムクーヘンを会場で体験してみませんか？
- ◎**認知症予防ブース**
あなたの認知症予防レベルはどのくらい？認知症予防は自分にはまだ早いと思っていないか？日頃のちょっとした行動を変えるだけで、今後の人生に大きな影響があります。この機会に認知症予防クイズにチャレンジしてみましょう。
- ◎**カウンセリングブース**
日頃ストレスを感じることはありませんか？この機会に心の専門家による傾聴体験をしてみましょう。



社会の健康ブース

- ◎**地域活性化まつやま若者サミットブース**
2022年5月から7月にかけて、まつやまに住み暮らす18歳から24歳の若者が住んでいるまちの活性化を考える事業を行ってきました。若者の斬新で新しい価値観にふれてみませんか？これからの松山を盛り上げていく若者の力に触れていただけるブースです。
- ◎**フードドライブブース**
ご家庭で余ってしまった食品をこの機会に寄付をしていただき、食品を必要としている施設団体へ協力していませんか？捨てる前に、是非フードドライブへご協力ください！フードドライブへ協力することで共助の輪が広がり、支えあい助け合うまちづくりにつながります。※次のような物資はお預かり致しかねます。ご了承ください。【開封済みのもの】【賞味期限まで1ヶ月を切ったもの】【生鮮食品】
- ◎**健康経営ブース**
Well-being 愛媛の取り組みは企業経営に健康の視点を取り入れたものです。健康であるからこそ充実して働ける、そのような経営を行う企業を市民の皆さまに知っていただくブースです。人生の中で「働く」ということはとても大きな要素です。一緒に、健康に働くことへの理解を深めていきましょう。



TeamEHIME体力測定企画

集え！体力自慢！TeamEHIMEと体力測定対決！アスリートの身体能力の高さを間近で感じてみませんか？



献血推進ブース

骨髄バンクブース

アイバンクブース

松山市健康マイレージ事業



◆◆◆ 皆さまのご協力が、社会の健康に繋がります。是非お立ち寄りください。◆◆◆

共催：公益社団法人松山青年会議所、松山市

お問い合わせ先：公益社団法人松山青年会議所 2022年度 地域活性化推進委員会 委員長 藤岡 忠（090-7784-9731）



100年経っても、「LOVEまつやま」
Junior Chamber International Matsuyama
公益社団法人 松山青年会議所