

公益社団法人 福岡県栄養士会

朝ごはん、食べていますか？ ～バランスチェックと簡単レシピ～

福岡県栄養士会は食育SATシステムを使用し、朝ごはんの食事バランスチェックと栄養相談、簡単に出来る朝食の試食とレシピ配布を行いました。

本物そっくりのフードモデルを使って普段の朝ごはんを選ぶと、エネルギーや栄養バランスなどが印刷されます。その用紙をもとに栄養相談を実施。野菜が少ない、塩分が多いなど、普段食べている食事についての振り返りとなり、皆さん熱心に話をされていました。

また、簡単に出来る朝食として、ミルク味噌スープの試食提供を行いました。インスタント味噌汁を利用し電子レンジで調理する手軽さや、1品でバランスが取れることから、男女、年齢を問わず興味を示されており、自宅で作るとの声も多く頂きました。

その他にも、1～2品で栄養バランスがとれる簡単調理レシピの配布を行い、多くの方が持ち帰られました。



参加者数 合計:324人 (栄養バランスチェック:262人/栄養相談:212人/試食:324人)

福岡県国民健康保険団体連合会

血管年齢測定・ 保健師による健康相談

福岡県国民健康保険団体連合会は、福岡県在宅等保健師若草会と協働して「血管年齢測定と保健師による健康相談(血圧測定)」を行いました。

血管年齢測定は、指先ひとつで簡単に測定できるため、毎回人気のコーナーとなっており、10代から80代までの幅広い年齢層の参加があり大盛況でした。

測定結果を見ての反応は様々で、数値の結果を見てご家族と笑顔で会話される方、測定結果を見て真剣な顔で保健師に相談される方など、健康に関する意識の高まりを感じました。

今回の測定と保健師のアドバイスは、日常生活の見直しのきっかけとなり、健康づくりのお手伝いできたのではないかと思います。

今後も、同様な機会を通じて県民の健康づくりに携わっていきたいと思います。



参加者数 合計:609人 (血管年齢測定:476人/血圧測定・健康相談:133人)

公益社団法人 福岡県診療放射線技師会

放射線検査の相談室 ～骨密度を測ってみませんか～

福岡県診療放射線技師会では、「放射線検査を正しく理解し、安心して検査を受けて頂くために」骨密度測定と、放射線飛跡観察、パネル展示、医療被ばく相談を行いました。骨密度測定は非常に人気があり、イベント開始から途切れることなく測定を行いました。途中、装置トラブルでご迷惑お掛けしましたが、測定結果説明で測定値の意味を理解して頂いたと思います。放射線飛跡観察では、目に見えない放射線を興味深く観察して頂きました。

大会を通じて、県民の皆様健康を考慮頂く良い機会になったのではないかと思います。今後とも関係団体と連携し、県技師会の目的である「医用放射線の安全利用に関する知識の普及啓発を図り、県民の健康福祉の向上を図る」事に携わっていきたいと思います。



参加者数 合計:247人 (骨密度測定:245人/被ばく相談:2人)

公益社団法人 福岡県理学療法士会

体力測定コーナー

公益社団法人福岡県理学療法士会では9名の理学療法士が出務し、115人の参加者に対して体力測定(上肢筋力、下肢筋力、柔軟性、平衡機能の検査)を実施しました。

参加者の年齢は6歳から81歳と幅広く、10代未満が4名、10代が7名、20代が6名、30代が23名、40代が19名、50代が14名、60代が26名、70代が14名、80代以上が2名であり、中央値は49歳でした。性別は女性が78名、男性が37名でした。

ブースへの来訪者にはお子様連れの方も多く、親御さんが体力測定をされている際のお子様への対応が今後必要であると感じました。また、参加者をお待たせする時間が生じていたため、参加者を待たせない工夫や、お待ちいただいている時間にも退屈させない工夫などが必要であると感じました。

これらは次回以降の課題であると考えています。



参加者数 合計:115人