

ステージイベントや健康・スポーツコーナーももりだくさん!



講師・ゲスト紹介

健康づくり講演

陸上競技ハンマー投
アテネ五輪代表 / 円盤投・ハンマー投日本記録保持者



室伏由佳さん

株式会社attainment代表取締役。陸上競技女子円盤投、ハンマー投の日本記録保持者(2018年9月現在)。2004年アテネオリンピック女子ハンマー投日本代表。世界陸上女子ハンマー投と円盤投2種目代表。2012年競技引退。複数の大学で客員教授や非常勤講師を務め、順天堂大学大学院で研究者として活動。アスリート時代は慢性腰痛症や肩の神経障害、婦人科疾患を体験。健康等をテーマに講義や実技指導を行っている。マツピラティスの指導者資格を有し、趣味はのんびりランニングと料理で健康法を実践している。

ここにこそステージ

ケーナ奏者
Renさん



栃木県足利市出身。日本では数少ないプロケーナ奏者。足利市の観光大使「あしがが輝き大使」、栃木県観光大使「とちぎ未来大使」。

わくわくスポーツ教室

ロンドン五輪女子団体銀メダル



平野早矢香さん

1985年、栃木県鹿沼市生まれ。5歳で卓球を始め、仙台育英学園秀光中学校・仙台育英学園高等学校に進学。卒業後ミキハウスに入社、18歳で全日本卓球選手権・女子シングルス初優勝をはじめ、通算5度の日本一に輝く。そしてオリンピックでは2008年北京にて、団体戦4位。2012年、ロンドンでは福原愛、石川佳純両選手とともに団体戦で銀メダルを獲得。男女を通じて日本卓球史上初の五輪メダリストとなった。2016年に現役を引退し、現在は、後進の指導に務める傍ら、全国にて講習会、講演会、解説など、そしてスポーツキャスターとしても更なる卓球の普及のため、幅広く活動している。

ヘルシーカンタン料理教室

料理研究家
白居芳美さん



NHK「きょうの料理」のアシスタントを務め、現在は料理教室を主宰。NPO法人「良い食材を伝える会」会員。

食べて健康!ヘルシーフードコーナー

健康は、食事から!
豊富な種類の体にやさしいお弁当などを販売いたします。

- レストラン ヨコハマ
- ベルモック
- (株)どまんなかたぬま CHINESE DINING 花と華
- D CAFE 地鶏・豆腐料理 くらまめや

ヘルシーカンタン料理教室

講師 料理研究家 白居芳美さん

① 10:30~11:00 ② 13:30~14:00 各回 20名程度

いきいき!健康づくりコーナー

無料で測定や相談ができます。ぜひご利用ください!

- 頸動脈エコー検査
- 脳年齢測定
- 足腰バランス測定
- 肺年齢測定
- 骨密度測定
- ロコモ度テスト など
- 栄養、お薬、歯科、健康などの相談コーナーもあります!

健康ラジオ体操講習会

時間 10:00~11:30、12:30~13:45
会場 屋外①
専門の講師がポイントや留意点などを丁寧に説明しながら、楽しく参加いただけます。



スポーツレクリエーション体験コーナー

時間 10:00~15:00 会場 屋外②
気軽に楽しめる体験型のプログラムです。多くの運動種目を広く楽しく体験できます!



- 体幹チェック
- スポーツチャンバラ
- 3B体操
- バツグーン
- 3B体操
- コーン輪投げ
- スラックライン
- クラフト
- 作って遊ぼう
- サークルピンゴ
- クワッド
- インディアカ
- ラダーゲッター
- ネイチャーゲーム
- ペーパードラゴン
- チャレラン
- 輪投げ
- ペーパーブーメラン
- フォークダンス
- 動物レインジャー
- ボックスオリエンテーリング
- 動物レインジャー
- ターゲットバードゴルフ
- 折り紙
- ドッジボール
- ストラックアウト

障がい者スポーツ体験コーナー

時間 13:30~15:00 会場 多目的運動フロア
パラリンピック種目を楽しく体験!指導員による指導を受けられますので初心者でも安心です。

- ポッチャ
- ジャックボール(目標球)と呼ばれるボールを投げたり、転がしたりして目標に近付けるかを競います。
- フライングディスクアキュラシー
- 5mまたは7m離れたアキュラシーゴールにディスクを10回投げ、その通過回数を競います。投げ方は自由です。

ブース出展



いちご一会とちぎ国体 いちご一会とちぎ大会



とちぎ健康フェスタ2018

~目指せ!健康長寿日本~

スポーツフェスタ2018

みんなでつなげようスポーツとちぎ

10/27土
10:00~15:00

※雨天の場合、プログラムの一部変更、あるいは中止となることをご了承ください。

イ参加どなたでも
へ加参にたでも
ー参加どなたでも

ステージイベントプログラム

健康ステージ 2F講堂

健康づくりに関する知識と興味を深めることができ、健康づくりに興味を持ち、健康づくりを始めるきっかけとなるようなステージです。

- 13:00~ 開場
- 13:15~13:20 主催者挨拶
- 13:30~13:50 健康長寿とちぎづくり推進県民会議 シンポジウム 活動紹介
- 14:00~14:55 健康づくり講演
オリンピック・日本記録保持者
室伏由佳さん
- 14:55~15:00 お楽しみ抽選会



司会 RADIO BERRY パーナリティ 渡辺裕介



なにが当たるかな!

※ご招待状をお持ちの方のみ対象となります。

ここにこそステージ ミニステージ

お子さまからお年寄りまで幅広い年代の方々に楽しんでいただき、会場全体がここにこ一体になれる元気なステージ!

- 10:30~11:00 キッズ★ダンス
●沖縄アクターズインターナショナル宇都宮校
- 11:15~11:45 コーロ・たんぼぼ(コールメイツとしらーず)
●指揮:鈴木 静枝、ピアノ:鈴木 康子
- 12:20~12:35 シナプソロジー(脳活性化体操)
●講師:田中 賢一
- 12:45~13:15 合唱 ●栃木県立宇都宮南高等学校音楽部
- 13:30~14:00 ケーナ演奏「Ren」
- 14:15~15:00 シルバー一大学校中央校クラブ紹介
●吟詠剣詩舞、ハワイアンダンス、アフリカンダンス



司会 RADIO BERRY パーナリティ 山口あや

多目的運動フロア

室内履きでお願いします。

ロンドン五輪女子団体銀メダル
トップアスリートによるわくわくスポーツ教室

平野早矢香さんによる卓球教室

※事前にご予約いただいた方のみ参加いただけます。(小5~中3)

時間 10:00~12:00

パラリンピック種目を楽しく体験!

障がい者スポーツ体験コーナー

時間 13:30~15:00



陸上競技ハンマー投アテネ五輪代表 円盤投・ハンマー投日本記録保持者

室伏由佳さんによる講演会

じぶんの身体と心と向き合う方法

~健やかな感覚を得る~

時間 14:00~14:55

会場 2F講堂

講演とあわせて「腰痛予防のストレッチ」も紹介! 楽しく健康を学びましょう!



健やか!スタンプラリー

会場内の6箇所の「健康ポイント」を回ってスタンプを集めてください。全部集めた方で先着400名様に「カラフルマルチカウンター」(歩数計)を差し上げます!

※プレゼントは総合案内(ゴール)にてお渡しします。

どんどんまわってプレゼントをもらっちゃおう!

| | | | | | |
|---------|---------|---------|---------|---------|------------|
| 健康ポイント① | 健康ポイント② | 健康ポイント③ | 健康ポイント④ | 健康ポイント⑤ | ゴール!(総合案内) |
| | | | | | |



健康長寿日本とちぎ

中面に会場の案内図があります!たくさんまわって健康になりましょう!

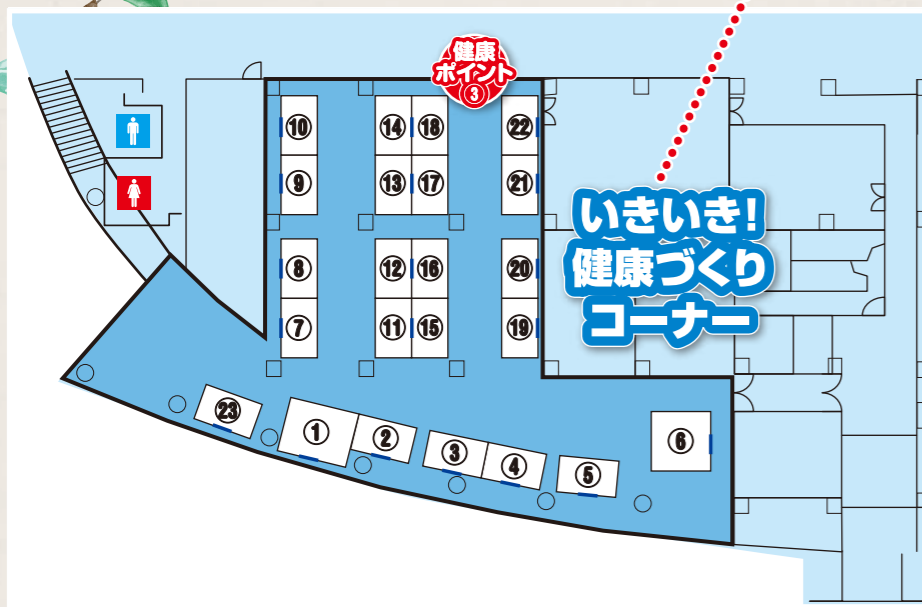
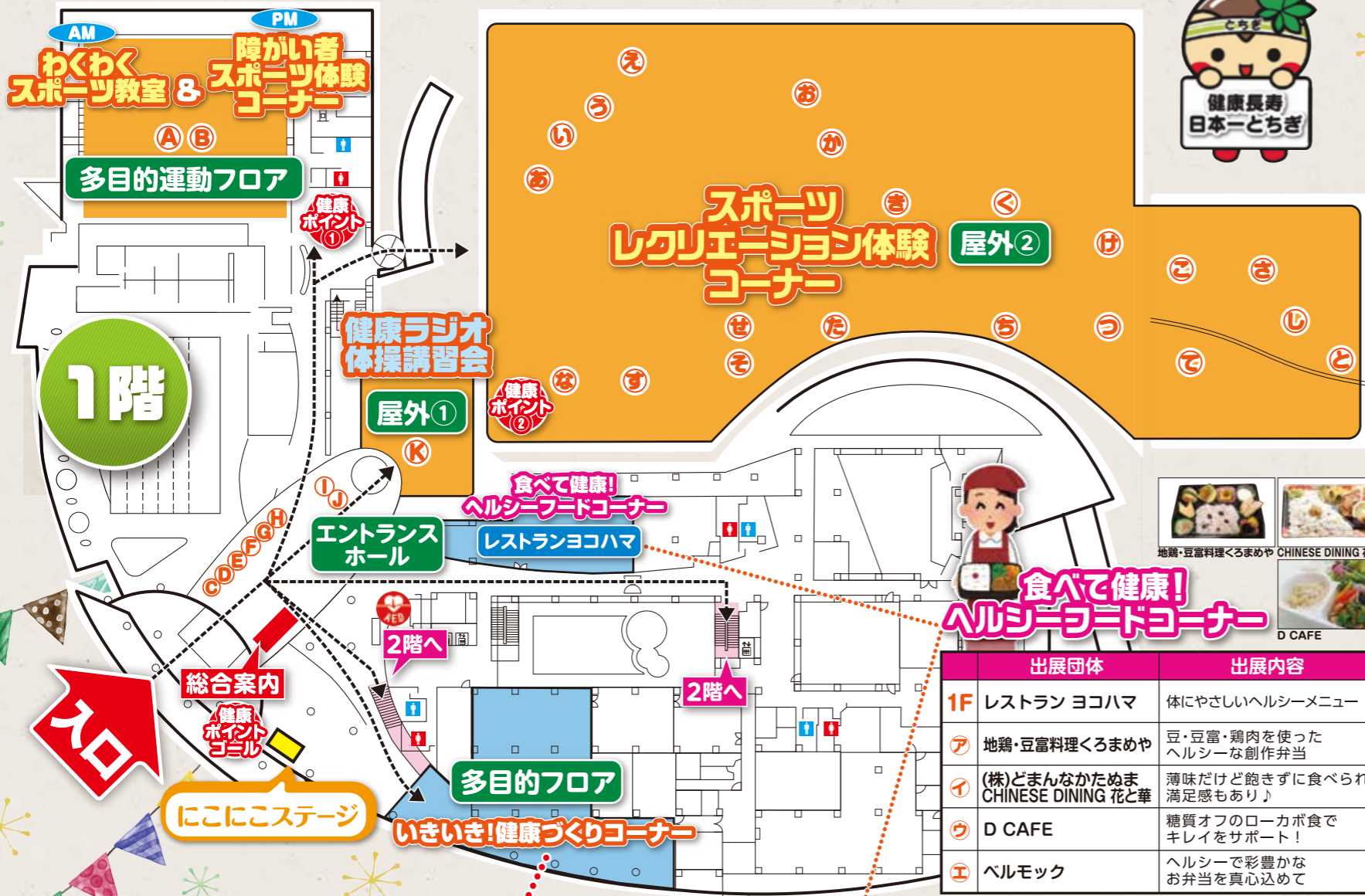


健康長寿とちぎ

とちぎ健康フェスタ2018 スポーツフェスタ2018

会場案内図

-----▶ 来客者順路



スポーツレクリエーション体験コーナー 屋外②

| 出展団体 | 出展内容 | 出展団体 | 出展内容 |
|----------------------------|--------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| ㊦ 宇都宮市レクリエーション協会 | 体幹チェック①① さいころ①出し | ㊲ インディアカ協会 | 赤い羽根で楽しく遊ぼう ゲームも出来るよ |
| ㊧ 足利市レクリエーション協会 | パッゴと ペーパーブーメランで楽しもう! | ㊳ 栃木県オリエンテーリング協会 (ボックスO) | 方向を確認してポイントを 順番に回る競技 |
| ㊨ 佐野市レクリエーション協会 | 輪投げから、始まる 今日も楽しい一日に! | ㊴ 栃木県フォークダンス協会 | 誰でも踊れる楽しいフォークダンス |
| ㊩ 鹿沼市レクリエーション協会 | 割箸鉄砲作り。 空ペットボトルと紐で楽しむ | ㊵ 3B体操 | 体操・ダンス・ストレッチ用具を 使って体験 |
| ㊪ 栃木県福祉 レクリエーションネット・ワーク | ボールを投げてビンゴを めざしましょう! | ㊶ 日光市レクリエーション協会 | 家族みんなで楽しく交流できる 輪投げです! |
| ㊫ 那須塩原市 レクリエーション協会 | ラダーゲッター(軽スポーツ)を 体験しよう | ㊷ 栃木県 フライングディスク協会 | ドッジビーを投げて ストラックアウト |
| ㊬ 栃木県スポーツチャンバラ協会 | スポーツチャンバラ体験しよう | ㊸ 栃木県ストラックライン協会 | パフォーマンスと体験を行います ぜひ! |
| ㊭ 矢板市レクリエーション協会 | 輪投げゴルフ、ペーパードラゴン | ㊹ 栃木県ターゲット・ ハードゴルフ協会 | 前方の籠に何打で入るでしょうか |
| ㊮ 栃木県キャンプ協会 | どんぐりなど 自然にあるものでクラフト実施 | ㊺ 栃木県シェアリング ネイチャー協会 | 自然の面白さを感じてみてね! |
| ㊯ 小山市レクリエーション協会 | どなたでも楽しめる当てる・ 陣取りゲーム | ㊻ 宇都宮共和大学・ 宇都宮短期大学 | お姉さんたちと一緒に 折り紙で遊ぼう! |
| ㊰ 栃木県ドッジボール協会 | みんなで「ドッジボール」を してあそぼう | | |

わくわくスポーツ教室&障がい者スポーツ体験コーナー、 グッズ出展、健康ラジオ体操講習会 屋外① 多目的運動フロア エントランスホール

| 出展団体 | 出展内容 | 出展団体 | 出展内容 |
|---------------------------------|--------------------------|-------------------|--------------------------|
| A 栃木県スポーツ振興課 | 平野早矢香さんによる卓球教室 | F 那須ブルーゼン | 那須ブルーゼンの オフィシャルグッズの展示 |
| B 特定非営利活動法人 栃木県障害者 スポーツ協会 | ポッチャ、 フライングディスク体験コーナー | G H.C.栃木日光アイスバックス | 2018-2019シーズンポスター掲出 |
| C リンク栃木ブックス | 選手アイテムも展示中! 是非ご覧ください! | H 栃木ゴールデンプレブス | 栃木ゴールデンプレブスの 記念品等も展示 |
| D 栃木SC | 選手のユニフォームや 食生活等を展示します | I 栃木県国体準備室 | 2022年、いちご一会とちぎ国体の PR! |
| E 宇都宮プリツェン | 宇都宮プリツェンに 関する活動PR等 | J 栃木県障害福祉課 | 2022年、いちご一会とちぎ大会の PR! |
| | | K 栃木県ラジオ体操連盟 | 毎日ラジオ体操を行ない 健康な体をつくらう |

いきいき!健康づくりコーナー 多目的フロア 多目的ホール等

| 出展団体 | 出展内容 | 出展団体 | 出展内容 |
|------------------------------|--------------------------|--|---------------------------|
| 1 栃木県健康増進課/ 健康福祉センター | 肺年齢測定、 健康づくりに関する啓発 | 15 (株)ピノキオ薬局 | 口の中の健康チェック、 肺機能・反射神経測定 |
| 2 栃木県食生活改善推進員協議会 | 1日に必要な野菜の量 350g計量体験等 | 16 (一社)栃木県歯科医師会 | 歯科相談・パネル展示 |
| 3 (公社)栃木県栄養士会 | 体脂肪測定、市販食品の エネルギー量展示 | 17 (株)アマニコーポレーション ほねつぎ城東はりきゅう接骨院 | 姿勢チェック&猫背プログラムで 変化を確認 |
| 4 大塚製薬(株) | 健康・栄養食品に関する 情報提供と試飲会 | 18 栃木産業保健 総合支援センター | ウエルカム健康相談、 職場と働く人を元気に! |
| 5 (株)エフアンドエフ | 好評の肌年齢測定と 足腰バランス測定です! | 19 栄研化学(株) | 大腸がん検診は 早期発見・早期治療が大切です |
| 6 とちぎ真岡笑いヨガクラブ | 笑ってストレス解消♪ 笑って免疫力UP体操 | 20 (公社)栃木県柔道整復師会 | 骨密度測定・健康相談コーナー |
| 7 国際医療福祉大学塩谷病院 | 手洗いの洗い残しの チェックしてみませんか | 21 全国健康保険協会 栃木支部 | 肌年齢測定を無料で実施しています |
| 8 (公社)栃木県看護協会 | 血圧測定・体脂肪測定・健康相談 | 22 宇都宮大学 工学部 UU Healthcare | 健康管理アプリの紹介と 生体情報センサ体験 |
| 9 (公財)栃木県 保健衛生事業団 | がんに関するパネルや モデルの展示など | 23 栃木県シルバー大学校 | やさしい介護予防運動 ふまねっと運動体験! |
| 10 味の素(株) | 簡単便利! 栄養バランスの良い食事のご紹介 | 24 (地)栃木県立リハビリテーションセンター (一社)栃木県理学療法士会 (一社)栃木県医師会 | ロコモ度テスト、ロコトレの体験 |
| 11 栃木県地域包括・在宅介護 支援センター協議会 | 地域包括支援センターの紹介 | 25 栃木県脳卒中啓発プロジェクト (日本脳卒中協会栃木支部/ 獨協医科大学病院) | 頸動脈エコー検査、医師による助言 |
| 12 (福)栃木県社会福祉協議会 | ありがとうございます 福祉の仕事紹介します | 26 (株)カワチ薬品 | 脳年齢測定・脳活性体操など |
| 13 (一社)栃木県薬剤師会 | お薬の正しい飲み方知ってますか? | 27 栃木県糖尿病協会 | 糖尿病についての 療養相談などを行います |
| 14 (株)スキット | 企業向け各種健康セミナーのご紹介 | 28 (福)とちぎ健康福祉協会 | パレトン体験、体調チェックと個人指導 |