

MIRAI KARADA FEST.2026

ミライ・カラダ・フェスタ 2026

「ミライへ向けて一ちょっと変える、ずっと変わる。」

食事・運動・休養の大切さ

生活習慣病予防のポイント

プレコンセプションケア

ミライのカラダのために知っておきたいことが学べるイベントです

講演

14:30~15:20 **限定150名**

「ドクターとみる、あなたのカラダの現在地」



マグマシティPRキャラクター
火山の妖精 マグニョン

鹿児島大学大学院
糖尿病・内分泌内科学
森野 勝太郎 教授

健康に関する様々なブースをすべて無料で体験できます

詳しくは裏面を☑



11 / 18 [WED]
13:00~16:00



センテラス天文館

(千日町1-1)

駐車場・駐輪場は有料です。
センテラスパーキング(呉服町2-8)

講演の申込はこちら



11/17 までに

電話または二次元コードから
お申込みください

TEL: 099-268-2315

主催 鹿児島市/鹿児島市医師会

共催 日本糖尿病合併症学会

協力 日本生命保険相互会社

お問合せ

鹿児島市南部保健センター

体験・展示ブース

13:00~16:00 ※受付は**15:30**まで
状況により、内容は変更になる場合がございます

センテラススクエア（広場）

日本生命保険相互会社

- **血管年齢測定**
測定器に指先を置くだけ！
約30秒で血管年齢を測定！
- **ベジチェック**
センサーに手のひらをのせるだけ！
約30秒で推定野菜摂取量を測定！



鹿児島市 保健政策課

- **野菜350g当てクイズ**
- **食育折り紙体験**
- **食育・健康増進に関するパネル展示**



鹿児島市 保健支援課

- **自殺対策・ピアサポーターに関するパネル展示**
- **メンタルヘルスに関するリーフレット配布**



鹿児島市 母子保健課

- **プレコンセプションケア・妊娠糖尿病・喫煙に関するリーフレット配布**

こども家庭庁ホームページ▶▶▶
- はじめようプレコンセプションケア
- プレコンサポーターの方へ



鹿児島市 保健予防課

- **お口の健康に関するパネル展示**
- **歯周病予防に関するリーフレット**



鹿児島市 国民健康保険課

- **「よくある健診の誤解」コーナー**
- **街頭アンケート**
- **特定健診に関するポスター展示**



センテラスホール（6階）

体組成測定

自分のカラダの筋肉や脂肪のバランスを測定することができます

当日先着15名限定

受付（13時～）で整理券配布

握力測定

握力は「全身の筋力」を表しているといわれています

整理券不要

血圧測定

血圧、年々高くなってきていませんか？

整理券不要

測定後は、ぜひ講演にご参加ください♪（鹿児島市の成人健康相談でも測定できます）

鹿児島市健康づくり 公式Instagram

フォローして
一緒に
健康習慣を
広げましょう！

