



盛岡市プレスリリース

～誰もが健やかで心豊かに生活できる社会～

令和7年9月5日

盛岡市保健所
健康増進課
地域健康づくり担当

市政記者クラブ加盟社 各位

「もりおかココカラダフェス 2025」を開催します

盛岡市民または市内への通勤通学者を対象に、健康づくりに関する体験型イベントとして「もりおかココカラダフェス 2025」を開催します。

市の健康づくりの取組を定めた「第3次もりおか健康21プラン」に基づき、様々な関係団体と連携し、市民一人ひとりが健康への関心を持ち、自身や家族、職場等の健康づくりに取り入れたくなるような情報を発信することを目的としています。

講演会の他、ウォーキング教室や健康づくりに関する展示、包括連携協定企業による AGEs センサを活用した体内の最終糖化産物測定、食生活改善推進員によるベジメータ®を活用した野菜摂取状況測定を予定しており、楽しく健康を知る機会となっています。

記

【日 時】令和7年10月1日（水）

【場 所】イオンモール盛岡

【内 容】以下の通り

内容	時間	場所	実施団体
①いつでも！どこでも！お手軽ウォーキング 講師：いわて NPO-NET サポート 菊池 広人 先生	10 時 30 分～ 11 時 30 分	1 階イーハート ーブ広場	盛岡市保健所 健康増進課
②展示・測定コーナー ・AGEs センサによる体内の最終糖化産物（老化物質）チェック ・ベジメータ®による野菜摂取状況チェック ・健康情報ブース	10 時 05 分～ 15 時 00 分	1 階イーハート ーブ広場 ※ベジメータ® のみ、1 階専門 店中央入口	・株式会社バイタルネット ・盛岡市食生活改善推進員 団体連絡協議会 ・盛岡市保健所 健康増進課
③講演会「血糖値をゆるやかにする食習慣」 講師：盛岡大学栄養科学部栄養科学科 教授 木村 京子 先生	13 時 30 分～ 14 時 30 分	1 階イーハート ーブ広場	盛岡市保健所 健康増進課

【対 象】盛岡市民または市内への通勤通学者

【主 催】盛岡市保健所 健康増進課

【協 力】イオンモール盛岡、株式会社バイタルネット、盛岡市食生活改善推進員団体連絡協議会

【添付資料】チラシ

【参 考】<https://www.city.morioka.iwate.jp/kenkou/kenko/1040613.html>

（広報 ID：1040613）

【問い合わせ先】

盛岡市保健所 健康増進課

担当：山本（やまもと）

TEL：019-603-8306

もいおか ココカラダフェス2025

参加
無料



講演会またはウォーキング
に参加した方へ

Tシャツをプレゼント！

10月1日(水)

イオンモール盛岡イーハートブ広場

講演会「**血糖値をゆるやかにする食習慣**」(定員130人)

開催時間▶ **13:30~14:30**(受付13:00~)

血糖値が気になる方必見！上手に血糖値と付き合うための食事についてお話を伺います。参加者には、MORIO-JカードまたはMORIO Payにポイントをお付けします。

要申込 **8月18日(月)** 盛岡大学栄養科学部栄養科学科

10時~
申込開始

教授 **木村 京子** 先生



いつでも！どこでも！お手軽ウォーキング(定員20人)

開催時間▶ **10:30~11:30**(受付10:10~)

要申込 **8月18日(月)**

10時~
申込開始

効果的なウォーキングのコツをプロが伝授！天候に左右されない室内でのウォーキングを予定しています。参加者には、MORIO-JカードまたはMORIO Payにポイントをお付けします。



講師：いわてNPO-NETサポート **菊池 広人** 先生

申込
不要

展示・測定コーナー

開催時間▶ **10:05~15:00**

★AGEsセンサ測定

数十秒で測定完了！
AGEsセンサを使用して、体内の最終糖化産物(老化物質)をチェックし、生活習慣の見直しに役立ててみませんか？

★野菜摂取状況チェック

ベジメータ®を使用して、野菜摂取状況をチェックできます！

※このブースのみ1階専門店中央入口で実施。



★健康情報ブース

健康に関する様々な情報をご紹介します♪

申し込みは二次元コード
または電話で受付
☎019-603-8306



【お問合せ先】盛岡市保健所 健康増進課 ☎019-603-8306
【協力団体】イオンモール盛岡、株式会社バイタルネット、
盛岡市食生活改善推進員団体連絡協議会