

## 横浜市立大学学生×横浜市 健康イベントを初開催します！ Wellness Port YOKOHAMA ～第3期健康横浜21いざ出航～

横浜市立大学の学生が発案！ 考えよう、健康。延ばそう、健康寿命。

横浜市の健康づくりの指針「第3期健康横浜21」<sup>※</sup>の開始年度に  
様々な角度から 横浜市民の健康課題 に迫るイベントを開催！  
体験型の「健康測定ブース」と健康を身近に感じる「パネルディスカッション」などにより  
市民の皆様にご自身の健康を考えるきっかけを提供します。

企画・運営も  
学生が実施！

日時：令和6年 8月8日(木) 11:00～16:00

場所：横浜市役所アトリウムほか

参加費：無料（事前申込不要）



Wellness Port  
YOKOHAMA

### ブース

専門家からアドバイスも！

内容：各種健康測定、健康に関するパネル展示、ほか  
協力：第3期健康横浜21関係機関・団体、ほか

姿勢や骨密度、肌年齢、肺年齢、  
野菜摂取量などチェック！  
ゲームやメタバースで心とからだを  
サポートするブースも！

### パネルディスカッション（オンライン視聴可）

学生によるセッション

『集え、新星。-次世代が繋げる健康会議-』

産婦人科医等によるセッション

『現代社会を生き抜く女性の健康戦略』

公衆衛生の専門家によるセッション

『健康を決めるチカラ：ヘルスリテラシーとは!?』

### 健康クイズラリー

みなとみらい線 みなとみらい駅/馬車道駅で  
クイズを実施して会場へ！

### 献血ほか

### 特設ホームページ開設!!

詳細およびオンラインの概要は  
HP よりご確認ください



[https://www-user.yokohama-cu.ac.jp/~p\\_health/wpy/](https://www-user.yokohama-cu.ac.jp/~p_health/wpy/)

※「第3期健康横浜21」とは：令和6年度～令和17年度の横浜市の健康増進計画

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kenko-iryō-fukushi/kenko-iryō/kenkozukuri/21/naiyo/3rd/kaitei.html>

考えよう、健康。  
延ばそう、健康寿命。



# Wellness Port YOKOHAMA

～第3期健康横浜21いざ出航～

健康を身近に感じることができるパネルディスカッション・  
体を動かすステージ企画、測定・体験、献血ブースが横浜市役所に勢ぞろい！  
健康クイズラリー「わたしの健康謎解き」を同時開催！

2024.8.8 THU 11:00-16:00

横浜市庁舎1Fアトリウム／オンライン参加可能

【共催】横浜市、横浜市立大学 【企画運営】横浜市立大学学生有志（代表：医学部医学科 菱田真衣花）  
【事務局】横浜市健康福祉局健康推進課、横浜市立大学公衆衛生学教室 【運営協力】第3期健康横浜21関係機関・団体、  
横浜市立大学 COI-NEXT「若者の生きづらさを解消し高いウェルビーイングを実現するメタケアシティ共創拠点」

お問い合わせ 横浜市健康福祉局健康推進課 Tel. 045-671-2454 横浜市立大学公衆衛生学教室 Tel. 045-787-2610

特設サイト



# CONTENTS

## コンテンツ

### 第3期健康横浜21の

横浜市民の主要な健康課題に対応して

ステージ企画や測定・体験ブースを実施します！

献血や周辺駅からの健康クイズラリーも！！

## ブース

ブース	出展内容	健康課題	出展団体名
A	姿勢チェック／握力測定／立ち上がりテスト	7	横浜市スポーツ協会
B	ゲームやメタバースで心とからだをサポート	10	横浜市立大学 COI-NEXT「若者の生きづらさを解消し高いウェルビーイングを実現するメタケアシティ共創拠点」
C	血管年齢測定	1	横浜市保健活動推進員会
D	肌年齢測定／調剤体験	5	横浜市薬剤師会
E	野菜摂取量チェック／料理カード	1,4	神奈川県栄養士会／横浜市食生活等改善推進員協議会
F	禁煙に関するパネル展示／肺年齢測定	5	禁煙・受動喫煙防止活動を推進する神奈川県会議

## 会場マップ

アトリウムの隣、市民協働推進センターにて、献血実施！

〈市民協働推進センター〉

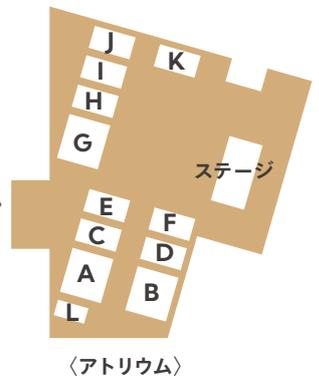
## ACCESS

横浜市中区本町6-50-10 横浜市役所1Fアトリウム

●みなとみらい線「馬車道駅」下車、1C出口直結

●JR「桜木町駅」新南口（市役所口）から徒歩3分

●市営地下鉄「桜木町駅」「1口」から徒歩3分



ブース	出展内容	健康課題	出展団体名
G	骨密度測定／体組成測定	2,8	横浜市立大学公衆衛生学教室／神奈川県栄養士会
H	乳がん予防啓発展示	3	ピンクリボンかながわ
I	歯科に関するパネル展示	6	横浜市歯科医師会
J	ヒートショック展示	9	横浜市住宅供給公社
K/L	健康クイズラリー「わたしの健康謎解き」	-	横浜市立大学学生

アトリウムがゴールのクイズラリー企画

## 横浜市民の主要な健康課題



## ステージ企画

11:00	OPENING	14:15-14:30	今日から始める！座ってエクササイズ
11:20-12:00	TALK 01「集え、新星。一次世代が繋げる健康会議ー」	14:40-15:40	TALK 03「健康を決めるチカラ：ヘルスリテラシーとは!？」
12:00-12:15	今日から始める！座ってエクササイズ	16:00	CLOSING
12:20-13:20	TALK 02「現代社会を生き抜く女性の健康戦略」		

### [パネルディスカッション登壇者]

TALK 01	伊藤呼春さん	横浜市立大学国際商学部国際商学科3年 / 若者のメンタルヘルスとSNSの調査を実施
	伊谷野友里愛さん	横浜市立大学医学部医学科4年 / 小児がん等の子ども達に「幸福のウィッグ」を届ける団体 Hair for Children 代表
	手島朝香さん	横浜市立大学データサイエンス研究科ヘルスデータサイエンス専攻1年 / 公衆衛生学の研究に従事
	菱田真衣花さん	横浜市立大学医学部医学科4年 / ヘルスケアインベーターの出発点を創造する一社ZEROGATEを運営 / 本イベント代表
TALK 02	宮城悦子氏	横浜市立大学副学長 / 横浜市立大学産婦人科学教室主任教授
	重見大介氏	(株) Kids Public 産婦人科オンライン代表 / 産婦人科専門医 / 公衆衛生学修士 / 医学博士
	平野翔大氏	(株) 明治 統括産業医 / 産婦人科医 / 医療ジャーナリスト
TALK 03	水谷隆史氏	医療法人社団南永田診療所 院長 / 一社 横浜市医師会 常任理事 / 健康横浜21 推進会議会長
	井上祥氏	(株) メディカルノート代表取締役・共同創業者 / 医師・医学博士 / 大阪大学招へい准教授
	西井正造氏	横浜市立大学 先端医学科学研究センター コミュニケーション・デザイン・センター助教
	後藤温氏	横浜市立大学 公衆衛生学教室教授