

## 鎌田式！健康塾 ～フレイル予防で認知症予防～

- 1 日 時 令和7年9月14日(日) 12:00～15:30  
 2 場 所 北九州国際会議場(小倉北区浅野三丁目)  
 3 参加人数 416名(応募者数939人)  
 4 内 容

(1)オープニングイベント

「自主グループ集合！みんなでひまわり太極拳」  
 南丘タイチー・ひまわり太極拳富野クラブ

(2)講演

「体と頭を鍛えてハッピーに生涯を過ごそう！」  
 鎌田實氏(医師・作家)

(3)実技

「もっと体と頭を動かしてみよう！」  
 鎌田實氏・株式会社ギラヴァンツ北九州下田氏、梶原コーチ



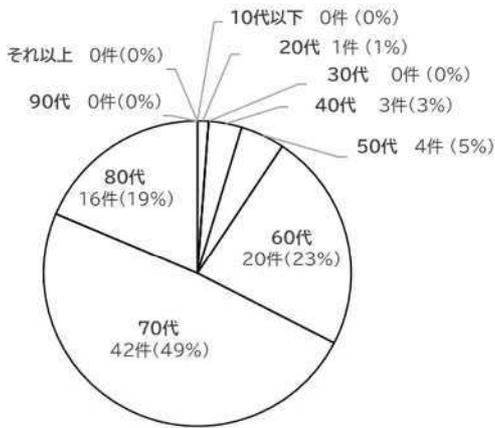
### 【イベントブース】 参加延人数:1,279人

出展内容		企業(団体)名
1	ロコモ度チェック	認知症支援・介護予防課
2	フレイルチェック	
3	口腔機能チェック	
4	聞こえのチェック	福岡県言語聴覚士会、地域リハビリテーション推進課
5	栄養相談	福岡県栄養士会、認知症支援・介護予防課
6	ベジチェック®	明治安田生命保険相互会社
7	ブレパサイズ®・脳トレゲーム	エーザイ株式会社
8	血管年齢測定	第一生命保険株式会社
9	若返りメイク	イオンウエルシア九州株式会社
10	認知機能セルフチェック	株式会社 FOVE
11	認知機能セルフチェック	株式会社日本旅行
12	MIMAMO WELLNESS※	東京海上日動火災保険株式会社
13	認知症 VR 体験	大塚製薬株式会社
14	認知症 AR 体験	九州大学大学院システム情報科学研究院
15	認知症疾患医療センター	医療法人小倉蒲生病院、産業医科大学病院認知症センター
16	終活相談	北九州市社会福祉協議会
17	終活相談	株式会社井筒屋商事
18	LOVOT、自助具等の展示	福祉用具プラザ北九州
19	ギラヴァンツ北九州情報コーナー	株式会社ギラヴァンツ北九州
20	市政情報コーナー	北九州市

※MIMAMO WELLNESS:10秒で簡単に健康状態を把握することができる健康管理ソリューション

## 5 アンケート結果(回答者数:86人、回答率20.7%)

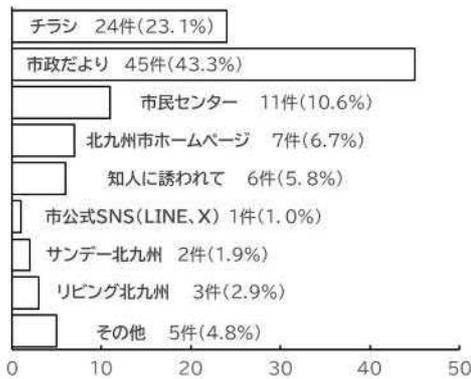
年代



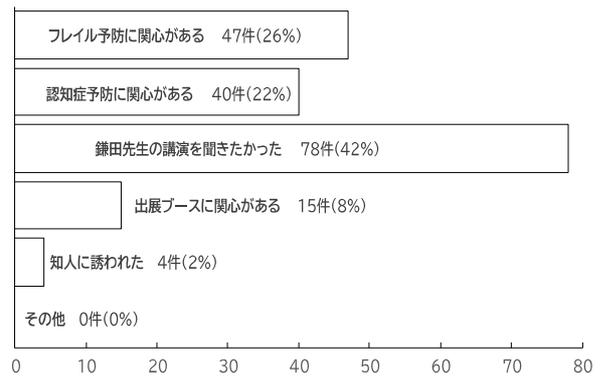
居住区



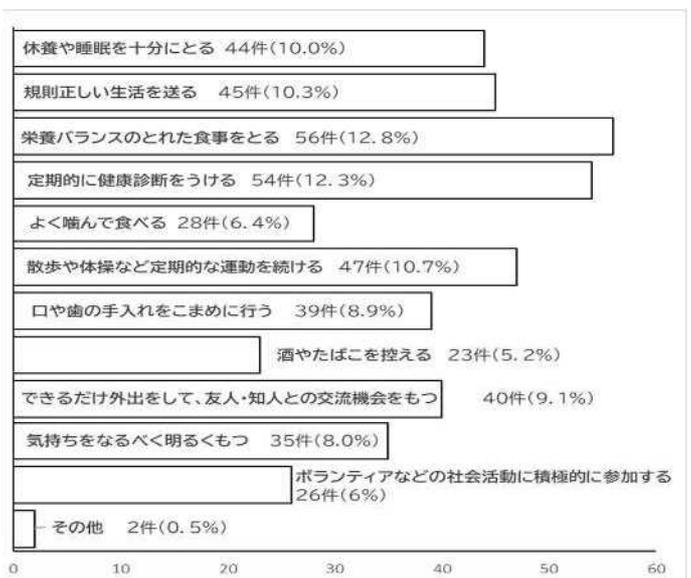
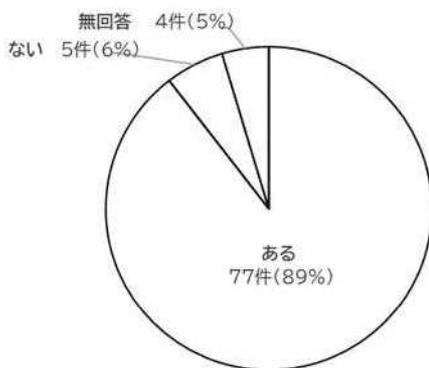
講演会を何で知ったか



参加の動機



日頃から健康づくり・介護予防(フレイル予防)に取り組んでいることはあるか



**【参考】高齢者等実態調査(一般高齢者)**  
**現状値(令和4年度):59.6%**  
**目標値(令和8年度):63%**