

件名：HANSHIN 健康メッセ 2019！／健康づくり通信 2019.8.20

阪急阪神 健康づくり通信

2019.8.20

皆様、こんにちは！

お盆が終わり、8月も後半となりましたね。
少し気温が下がってきて嬉しい反面、夏の終わりが近づいていることに少し寂しさを感じます。

残り 10 日程度になりますが、やり残しがないように夏の終わりまでめいっぱい楽しみたいですね。

それでは今回は、子どもから大人までみんなで「医療・健康」を楽しく体験できるイベント「なるほど医学体験 HANSHIN 健康メッセ 2019」をご紹介します。

★☆☆・…………—

なるほど医学体験

HANSHIN 健康メッセ 2019

～遊んで学んで広がる健康の絆～

……………★☆☆

神戸大学、兵庫医科大学病院・兵庫医療大学と、阪神間の健康増進に取り組む阪神電車がお届けする、最新の医療・医学・健康を楽しく体験できるコンテンツが満載です！

○日時：

2019 年 8 月

23 日（金）13：00～18：00

24 日（土）10：00～18：00

25 日（日）10：00～17：00

○会場：

ハービス HALL

○内容：

- ・ミクロの世界で好きなものを見てみよう！
- ・整形外科の治療を体験してみよう！
- ・お口とかむ動きを学ぼう！
- ・耳や鼻の中をのぞいてみよう！
- ・阪神電車ブース

など

○詳しくはこちら

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/26218/>

★☆☆・.....

編集部おすすめ！

イベント情報のご紹介

.....★☆☆

開催予定の健康に関するイベントや講座の情報をご紹介します！

【鳴尾浜臨海公園】

芝生でノルディックウォーキング

鳴尾浜臨海公園南地区にて、「芝生でノルディックウォーキング」が開催されます。

※事前申込が必要です。

○日時：

2019年8月24日（土）

16：30～18：00

○集合場所：

鳴尾浜臨海公園南地区 リゾ鳴尾浜 1階グリーンプラザ

○詳しくはこちら

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/26108/>

高槻市民ハイキング
四条畷～飯盛山城跡コース

JR 高槻駅をスタートし、四条畷や飯盛山城跡を巡るコースです。

○対象：
高槻市内在住または通勤・通学の方

○日時：
2019年8月25日（日）
集合時間 9：00（15：30 解散予定）

○集合場所：
JR 高槻駅 南側人工デッキ

○コース：
約10km（一般向き）
JR 高槻駅 南側人工デッキ（集合）→四条畷→飯盛山城跡→JR 高槻駅（解散）

○詳しくはこちら
<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/25806/>

【神鉄ハイキング】
第17回マップ片手にフリーハイキング
「フラワータウンまちあるきコース」

フラワータウン駅をスタートし、深田公園や三田谷公園などを巡ります。

○日時：
2019年8月29日（木）
集合時間 10：00～11：00

○集合場所：
神戸電鉄 フラワータウン駅

○コース：

約 6 km（一般向き）

神戸電鉄 フラワータウン駅→深田公園→三田谷公園→狭間が丘→神戸電鉄 フラワータウン駅

○詳しくはこちら

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/26382/>

【大阪市立弘済院附属病院】

第 63 回 市民公開講座

「認知症はおまかせください！」

認知症の最新情報や、認知症予防に関する 3 つの講演が行われます。

※事前申込が必要です。

○日時：

2019 年 9 月 8 日（日）

14：00～16：00（受付 13：30～）

○会場：

大阪工業大学 梅田キャンパス OIT 梅田タワー 常翔ホール

○内容：

「改めまして認知症とは」

「認知症の方への接し方 ～対応でお困りの時～」

「認知症予防とまちづくり」

・健康相談コーナー

○申込締切：

2019 年 9 月 2 日（月）

○詳しくはこちら

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/26612/>

阪急交通社が主催する講座

『阪急たびコト塾』

様々なテーマで開催されている『阪急たびコト塾』から、健康に関するオススメ講座をピックアップ！

※事前申込が必要です。

○会場：

阪急グランドビル 30 階 阪急交通社 説明会会場

【東洋医学から学ぶ♪ インナーケア基礎講座 part1】

○日時：

2019 年 8 月 25 日（日）

11：00～（12：30 終了予定）

○詳しくはこちら

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/26852/>

【東洋医学から学ぶ♪ 一緒にヨガを始めよう（入門編）～身体を柔らかく～】

○日時：

2019 年 8 月 25 日（日）

13：30～（14：30 終了予定）

○詳しくはこちら

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/27044/>

【女子カアアップセミナー「岩橋 悠太のポルドブラ～基礎代謝を上げて、もっと痩せやすいボディに！～」】

○対象：

女性限定

○日時：

2019 年 8 月 28 日（水）

19：00～（20：00 終了予定）

○詳しくはこちら

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/27046/>

【徹底討論！！～魚原 大と健康を語る～第一回 ダイエットのマル秘裏話～】

○日時：

2019年8月29日（木）

19：00～（20：30 終了予定）

○詳しくはこちら

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/event/27212/>

事務局からのお知らせ

■「阪急阪神 健康づくりサービス」について

アプリ「いきいき羅針盤」を利用したサービスをご提供しています！楽しく歩いて S ポイントをためよう！

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/info/15159/>

■S ポイントへの交換方法について

毎日の歩数によってアプリ「いきいき羅針盤」にて進呈された「ヘルスポイント」を「S ポイント」に交換することで、阪急阪神の商業施設でショッピングなどにご利用いただけます。

<https://healthcare.hankyu-hanshin.co.jp/info/15378/>

□-----□

阪急阪神 健康づくりサービス事務局

お問い合わせ：

healthcare@hankyu-hanshin.co.jp

（阪急阪神ホールディングス株式会社

グループ開発室内）

□-----□