

令和5年度 陸前高田市 はまかだ交流会



2024

2/3 土

11:30~16:45

(開場 11:00)

日時

陸前高田市民文化会館
(奇跡の一本松ホール)

陸前高田市高田町字館の沖302番地3

会場

※申込不要、
入場無料です

ステージプログラム

“はまかだ” でつながり

みんなが元気に!

オープニング

11:30~11:45

キッズダンス・吹奏楽

陸前高田市民吹奏楽団



Mignon Dance Circle

1

11:45~12:15

健康づくり表彰式

市内で健康づくりの取り組みを
推進・実践している個人や団体を表彰します

表彰 陸前高田市健康づくり推進協議会

2

12:50~13:50

介護予防
自主グループ活動発表会
レクリエーション



座長

岩手医科大学 教養教育センター
人間科学科 体育学分野 助教
陸前高田市はまかだ運動推進アドバイザー
佐々木 亮平氏

3

14:10~15:10

こころの健康講演会

講師 医師 石木 幹人氏



4

15:30~16:30

AIDS文化フォーラム in 陸前高田
「多様性を考える」

座長

陸前高田市ノーマライゼーション大使
医師 岩室 紳也氏

出演

陸前高田LGBTQ+(プラス)を考える会
僧侶 高澤 公元氏
日本基督教団川和教会 牧師 平良 愛香氏
浄土真宗本願寺派浄誓寺 僧侶 古川 潤哉氏
佐々木 亮平氏

5

16:30~16:45

ロコモ体操

出演

たかた☆ハッピー♪ウェーブ! 保健推進員

エンドロール上映



はまかだって?!

“はまってけらいん、かだってけらいん”
(仲間に入って、話しましょう)の略称です。
市では、「はまかだ」をすることで
お互いが元気になり
健康や幸せを感じられるまちづくりを目指し
はまかだ運動を推進しています。

②~④を聴講すると、1講演につき、
はまかだ健康ポイント10ポイントゲット!!

*主催：陸前高田市、はまかだ運動推進会議

*協力団体：あすなるホーム、きらりんきっず、きらり、クルミ、傾聴ボランティアこころのもり、健康運動サークル
たかた☆ハッピー♪ウェーブ!、三陸アーカイブ減災センター、高田暮舎、パン工房母笑、トナリノ、山猫堂、
Mignon Dance Circle、りくカフェ、陸前高田市社会福祉協議会、陸前高田市食生活改善推進員協議会、陸前高田
市民吹奏楽団、陸前高田市保健推進員、陸前高田まちづくり協働センター、陸高☆なでしこ会、りくmama+、
わいわい、カトリック中央協議会HIV/AIDSデスク、AIDS文化フォーラム

*担当：保健課保健係、福祉課地域包括支援センター *問い合わせ先：保健課保健係 ☎0192-54-2111(内線241)

さらに!

講演の合間の
お楽しみ企画♪

【ルーム1-A】

🕒 ①13:50~ ②15:10~

紙芝居公演



陸高☆なでしこ会

【ステージ】

🕒 ①12:15~ ②13:50~ ③15:10~



“ずっとずっとふるさと陸前高田”
鑑賞会

三陸アーカイブ減災センター

ブースではまかだ



🕒13:00~15:45

手形アート



りくmama+

ベジメーター 測定会

深入り玄米入りご飯 試食

ハーブ茶 試飲・販売



りくカフェ

古物販売 & 空き家相談会



山猫堂・高田暮舎

クレイ粘土で
アイスクリーム作り



きらりんきっず

昔遊びで“はまかだ”



陸前高田
まちづくり協働センター

たくさん回って
「はまかだ」
してね!



食育クイズ レシピ配布等



陸前高田市
食生活改善推進員協議会

子ども向け
おなかげんき教室

①13:00~13:30

②15:00~15:30



お土産付き

クルミ (りす整体院・ヤクルト)

フキ整体

◎10名様限定!



受付は、当日12:15より
先着順となります☆

終活すごろく

輪投げ

ミモザ
プロジェクト



陸前高田市社会福祉協議会

展示

- 陸高☆なでしこ会会報
- 「傾聴ボランティアこころのもり」活動紹介
- HIV/AIDS啓発(カトリック中央協議会HIV/AIDSデスク)
- 広がるAIDS文化フォーラム(AIDS文化フォーラム)
- はまかだマップ(保健課)
- 令和5年度地区健康まつり報告(陸前高田市健康づくり推進協議会)



スマホタブレットで
はまかだマップを
見てみよう



トナリノ

物 販

🕒11:30~15:00 (※無くなり次第終了です!)

専 門

手づくりお菓子



あすなるホーム

パン



ががにこ
パン工房母笑

お弁当・惣菜



わいわい

乾燥ごぼう
乾燥りんご



きらり