

～産官学が連携し、広島県民の健康づくりを応援します～
若いうちからの健康づくりを推進する初の試みとして、
「暮らしに健康をプラス」をコンセプトにイベントを開催！

ウェルネスフェス HIROSHIMA –MOVE！ひろしま健民！

日時 | 2025年11月22日(土) 10:00～16:00

場所 | ひろしまスタジアムパーク 芝生ひろば

入場
無料

広島県と「ひろしま健康づくり県民運動推進会議」は、まだ健康に意識が向きにくい若い世代や、忙しくて健康のために運動等に取り組む余裕のない子育て世代であっても、若いうちから健康づくりを実践できるよう、日常生活に無理なく“健康にいい習慣”をプラスするためのヒントが得られ、毎日をより健やかで豊かにするような体験ができるイベントを11月22日(土)に開催します。
ひろしまスタジアムパークでの“大規模な健康イベント”は初めての開催になります。

広島県が、「ウェルネスフェスHIROSHIMA」と題して、若いうちからの健康づくりをメインターゲットとする健康づくりイベントは初の試みです。御多忙のことと存じますが、ぜひ、貴メディアでの御取材を賜りますようお願いいたします。

■イベント内容(一部)

運動・睡眠・骨粗鬆症予防(骨活)を中心に、日々の生活に役立つ健康情報やライフスタイルを発信する体験型ブース・プログラムを実施します。

運動

15:00～15:50

サンセットパークヨガ

講師 sur YOGA 代表取締役
ヨガ講師 大下 瞳美さん

芝生ひろばにて、
日常生活に取り入れられる
ヨガの楽しさを体感！

睡眠

11:20～12:00

快眠トレンド最前線 2025

講師 ルームクリップ(株) 荒津 桂さん
西川(株) 野々村 琢人さん

睡眠科学と住まいのトレンド
から考える、子育て世代の
眠りと健康について知る！

骨活

10:00～16:00

みんなで「骨活」 コーナー

骨の健康に大切なポイントを
学びながら、
骨密度を測定！
牛乳にも親しんで
今日から骨活！



ひろしま健康づくり県民運動推進会議とは

すべての県民がともに支え合い、健やかでこころ豊かに生活できる活力ある社会を、県民を中心として行政・医療・教育などの関係者が連携し実現することを目的に、平成20年度に設置。

令和7年4月より、広島県知事が会長を務めており、ひろしま健民運動推進大使として、元カープ投手の山内泰幸氏、フリーアナウンサーの柊田絵理奈氏の2名が就任している。(当イベントには両大使も参加)



近隣イベントも同日開催

同日開催される、広島市中心部で多拠点を回遊するイベント「CITY SCAPE！」とも連携。ひろしまスタジアムパークで開催される「スタジアムパークピクニック」や「次世代モビリティの試乗体験」といった健康イベント以外を目的に来場した人も、自然と健康になれる機会を創出している。

<取材希望連絡先>

広島県 健康づくり推進課 健康づくり推進グループ

電話：082-513-3076 / メール：fukensui@pref.hiroshima.lg.jp



ひろしま健康づくり
県民運動推進会議

わたしの暮らしに、ちょっといいこと

MOVE!ひろしま健民!//

ウェルネス ひろしま フェス HIROSHIMA

2025年 11/22 10:00~16:00

ひろしまスタジアムパーク 芝生ひろば

カラダと
ココロ、
整えよ

ステージ | 10:00~

10:10~10:40

Let's get moving!体に良いこと「プラス10」

日本健康運動指導士会
広島県支部
松本 直子 様

ゲスト

ひろしま
健民運動推進大使
山内 泰幸 氏



11:20~12:00

快眠トレンド最前線2025

～睡眠科学と住まいのトレンドから考える、
子育て世代の眠りと健康～

ルームクリップ(株)
RoomClip
住文化研究所研究員
荒津 桂 様



西川(株)
日本睡眠科学研究所 所長
[技術士(情報工学・
総合技術監理)]
野々村 琢人 様



14:10~14:30

「暮らし探求メディアくらしちゃん」コラボ 健康〇×クイズ大会

司会 くらしちゃん編集長
平田 侑子 様

参加賞
あり

ゲスト

ひろしま健民運動
推進大使
栢田 絵理奈 氏



芝生ひろば | 10:00~

#うごチャレ 親子deボール遊び

(1)10:45~ (2)12:10~ (3)13:30~

協力:(公財)広島県サッカー協会 ※各回30分間

広～い芝生で、
子どもと楽しく
遊びながら
カラダを動かそう!
Let'sうごチャレ!



15:00~15:50

サンセットパークヨガ

sur YOGA 代表取締役
ヨガ講師
大下 瞳美 様

日常生活に取り入れられる
ヨガの楽しさを体感ください!



ブース | 10:00~16:00

薬剤師、
あなたの健康ささえ隊
骨粗鬆症予防など、
様々な相談に応じます
(公社)広島県薬剤師会

ウォーキング教室
広島県ウォーキング協会

みんなで「骨活」コーナー 骨活に大切なポイントをお伝えします。

搾乳体験

広酪ミルミルに
会えるよ

広島県酪農業協同組合
広島県牛乳普及協会



骨密度測定【先着120名】

あなたの骨密度は大丈夫?
本格的な骨密度測定と
結果説明がその場で受けられます。

県立広島大学 コツコツ健康増進号

整理券配布 午前分9:30~ 午後分12:30~



無料

自分を知ろう! 「体力測定とパーソナルアドバイス」

日本健康運動指導士会広島県支部

Good morning!

わなげであそぼ

ひろしま食育・健康づくり実行委員会
協力:味の素株式会社、広島修道大学

スタジオ2 | 10:00~16:00

テクノロジーで 健やかな暮らし展

協力:LIVING TECH 協会



”カラダとココロにちょっといいことをプラス”な
暮らしかたをご提案します

ひろしま健康づくり県民運動推進会議

・構成団体等の取組紹介

・体幹覚醒体験会 ※各回30分間

(1)11:00~ (2)11:40~ (3)13:00~
(4)13:40~ (5)14:20~ (6)15:00~

いつでも・どこでも・誰でも
体幹を目覚めさせ健康な身体を!
協力:(株)体育社



主催:広島県・ひろしま健康づくり県民運動推進会議

協力:味の素株式会社、暮らし探求メディアくらしちゃん、広島修道大学、広島県牛乳普及協会

(公財)広島県サッカー協会、広島県酪農業協同組合、LIVING TECH 協会

協賛:アヲハタ株式会社、カゴメ株式会社、カルビー株式会社、ひろしまスタジアムパーク

お問い合わせ

広島県健康福祉局健康づくり推進課
TEL:082-513-3076

※天候等により、イベントの内容が変更または中止となる場合があります。
※掲載の写真はすべてイメージです。

