



さとやまGOODプロジェクト事業

SDGs取り組み発表会 ・マルシェ開催

ファシリテーター(促進者)

山岸 善忠

(一般社団法人地QOL研究所 専務理事 農学博士)

1.発表会(10:00-12:00)

(1)各テーマの取り組み

(2)今後の展開について

2.マルシェ(10:00-14:00)

成果物の展示と一般参加

Zoom

無料、当日
受付可能

日時令和3年12月12日(日)10時~14時
場所 向原生涯学習センターみらい

主催：一般社団法人地域QOL研究所
共催：NPO安芸高田市国際交流協会

成果発表会 10時-12時

- 1.花と歴史街道の取り組み
- 2.フレイル診断・健康寿命伸長の取り組み
- 3.日本画家和高節二の取り組み
- 4.竹林整備の取り組み
- 5.美土里堆肥センターと里山

説明者
(事務局外)



- 稲垣文孝氏
(アートの里風、NPO国際交流協会)
- 奥田精一郎氏(奥田邸)
- 青田 旭 氏 (れくてく)
- 谷川裕之氏(安芸高田 竹の駅)
- 矢木仁氏(美土里堆肥センター)
- 栄養コンシェルジュ協会(健康・栄養)

11 住み続けられるまちづくりを

17 パートナーシップで目標を達成しよう

3 すべての人に健康と福祉を

8 働きがいも経済成長も

15 陸の豊かさも守ろう

マルシェ

10時-14時
大ホール前・屋外

よしの裕一氏ほか
出店
SDGs活動成果物展示



(参考)歩行マップと地域競走

歩数と健康

歩数 (歩/日)	健康効果
0 - 4000	うつ病の予防 (4000歩・中強度の運動15分以上)
5000 - 7000	心疾患・脳卒中・認知症・要支援・要介護の予防 (5000歩・中強度の運動7.5分以上)
8000 - 10000	メタボ(75歳以上)高血圧症・糖尿病・脂質異常症の予防 (8000歩・中強度の運動20分以上)
10000 - 12000	骨粗しょう症・骨折・動脈硬化・がんの予防 (10000歩・中強度の運動15分以上)
12000 - 14000	メタボ(75歳未満)の予防 (10000歩・中強度の運動30分以上)
14000以上	肥満の予防 (12000歩・中強度の運動40分以上)