

健康長寿

事前申込制

《参加無料》

定員300名
(自由席)

わが国は平均寿命の先進国ですが、平均寿命よりも「健康寿命」を長くすることが重要です。「健康寿命」というのは、医療・介護に依存しないで、心身が健康で自立した生活ができる期間のことです。今後さらに高齢化が進み、超高齢化社会を迎えつつある中、『健康長寿』を達成するための秘訣を、専門家が分かりやすく解説し、参加者からの質問にお答えします。



2017 3/5 日 開演 / 14時 (開場 13時30分)
終演 / 16時30分

奈良県橿原文化会館 小ホール

(近鉄「大和八木駅」徒歩3分 / 橿原市北八木町3-65-5)

専用駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

会長ごあいさつ

今川 敦史 / (一社)奈良県病院協会 会長
(社会福祉法人 恩賜財団 済生会中和病院 院長)



講演

座長：上田 裕一 / (一社)奈良県病院協会 副会長 (奈良県総合医療センター 総長)

①「健康寿命と“健幸選齡”」
「健幸」…「健やかで幸せ」を意味する造語。
「選齡」…長寿という意味。

石井 好二郎氏 / 同志社大学スポーツ健康科学部 教授
同志社大学体力医科学研究センター センター長

②「健康長寿の秘訣 — 特に栄養・食事を中心に」

葛谷 雅文氏 / 名古屋大学大学院医学系研究科 地域在宅医療学・老年科学 教授
※上記の講演内容は変更になる場合がございます。

市民参加型ディスカッション

進行：上田 裕一



上田 裕一



石井 好二郎氏



葛谷 雅文氏

応募方法

電話、ファックスまたはEメールにてご応募ください。ファックスの場合は、裏面の応募用紙を活用し、またEメールの場合は、代表者の氏名、住所、電話番号、年齢、参加人数を明記してご応募ください。

※応募多数の場合は先着順とさせていただきます。

※お申込み時の個人情報は、本講座の運営のみ使用いたします。

2/28(火)締切

お申込み・お問合せ

一般社団法人 **奈良県病院協会 事務局**

TEL: 0744-25-7374 (受付: 平日8時30分~17時)

FAX: 0744-25-4160 (24時間受付)

Eメール: info-nbk@narahpa.or.jp

応募用紙



FAXでお申し込みの場合は
本シートをご利用ください。

ふりがな		
氏 名		
住 所 〒		
電話番号	年 齡 歳	参加人数 人

ふりがな		
氏 名		
住 所 〒		
電話番号	年 齡 歳	参加人数 人

ふりがな		
氏 名		
住 所 〒		
電話番号	年 齡 歳	参加人数 人

※応募多数の場合は先着順とさせていただきます。※お申込み時の個人情報は、本講座の運営のみ使用いたします。

次回以降の市民公開講座のご案内を希望されますか。

【 希望する ・ 希望しない 】

市民参加型ディスカッションにて「健康長寿」に関するご質問のある方は事前にご記入ください。

《ご記入欄》

一般社団法人 奈良県病院協会 事務局行 **FAX.0744-25-4160**