

講演会「おでかけ健康法～がんや認知症などの病気を防ぐウォーキング～」

日時：令和元年 9/14(土) 午後2時～4時

参加無料

場所：エルト2階 まほろばセンター 多目的ホール

要申込み

講師：東京都健康長寿医療センター研究所 青柳幸利氏

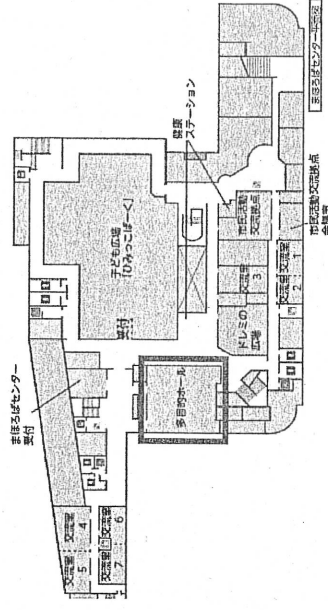
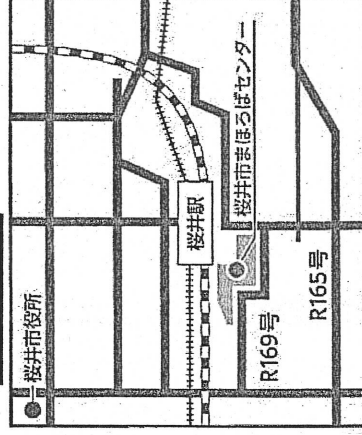
講師プロフィール

トロント大学大学院医学系研究科博士課程修了、医学博士取得。
カナダ国立環境医学研究所研究員、奈良女子大学生生活環境学部助手、大阪大学医学部非常勤講師を経て現職。

群馬県中之条町に住む65歳以上の全住民5000人を対象に、20年以上にわたり、身体活動と病気予防の関係についての調査を実施（中之条研究）。そこから導き出された「病気にならない歩き方の黄金律」は、世界中から「奇跡の研究」「中之条の奇跡」と賞賛を浴びるほどの画期的な成果をもたらした。

研究結果をもとにした「早歩き健康法」は、奈良県、群馬県、長野県などで導入された他、各種テレビ番組や新聞、雑誌でも話題を呼んでいる。

会場地図 ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください



申込み方法

電話でけんこう増進課（0744-45-3443）
もしくは右記QRコードより



主催：桜井市

後援：奈良県

正午の時点で、桜井市に警報が出ている場合は、安全のため講演会を中止します。