

# 健康づくり栄養講座

## 健康寿命を延ばそう

いくつになっても活動的に元気で過ごしたいとだれもが願うところです。寝たきりや要介護にならないで、はつらつとした日々を送ることを目標とした講演会を開催します。

講演会に参加して、元気で長生きする生活を学びませんか。

日時：平成26年11月8日（土曜日） 13時～16時  
（受付は12時30分より）

場所：千葉県立保健医療大学 図書館棟 大講義室  
（JR幕張・海浜幕張・京成幕張いずれからも徒歩15分）



内容：講座1『からだにやさしい食事・からだをいじめる食事』（13:10～）

公益社団法人千葉県栄養士会 参与 江尻喜三郎

講座2『健康づくりと休養・睡眠』（14:10～）

公益社団法人千葉県栄養士会 会長 長谷川克己

講座3『健康づくりのために身体を動かそう』（15:10～）

和洋女子大学 助教 難波秀行



**参加費無料**



主催：公益社団法人千葉県栄養士会

後援：千葉県、千葉県教育委員会、千葉市、千葉市教育委員会、千葉県立保健医療大学、公益社団法人千葉県医師会、一般社団法人千葉県歯科医師会、一般社団法人千葉県薬剤師会、公益社団法人千葉県看護協会、一般社団法人千葉県歯科衛生士会、一般社団法人千葉県調理師会、一般社団法人千葉県診療放射線技師会、特定非営利活動法人生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会、株式会社千葉日報社、毎日新聞千葉支局（予定）

申し込み：千葉県栄養士会事務局まで 電話043-256-1117  
（月曜日から金曜日までの10時～16時）

全講座を受講した場合、生涯教育の単位を1単位認定します

（実務研修，健康増進の推進，生活習慣病の発生予防と重症化予防，No.21）

..... きりとりせん .....

平成 年 月 日

健康づくり栄養講座に出席いたします。

会員番号 :  
職域事業部 :  
氏 名 :

公益社団法人千葉県栄養士会  
FAX 043-256-1804