

楽しく健康な生活を過ごすための 講演と測定・相談

市民のための健康講座

不測大災害の影響、デフレ経済の長期化等で我々の生活に数々の健康上の支障が生じています。ヘルシエイジング学会はこのたびの講演会とイベントを通して、医療・運動・食事・人生計画など、多角的に「元気に歳を重ねる」秘訣と実践をみなさまにご提供いたします。ふるってご参加ください。

専門家による講演と健康測定・相談

※時間は多少前後する可能性があります。予めご了承ください。

同時開催 イベント

(9:30~16:30)

12:00~13:00は
休憩時間となります

- 測定コーナー（血管年齢、骨密度、心電図測定）〈要予約〉
- 医療・薬事相談（メタボ、骨粗鬆症、ガン、痴呆症等の対策）
- サプリメント相談 ● 運動相談（一部実演）
- 楽しいセカンドライフの為にライフコンサルタント（認知症・介護・成年後見・相続・遺言書等に備えて）

測定人数には限りがございますので事前にご予約が必要です。お申し込みはお電話にて受付けております。(土・日休み)
下記お問い合わせまで[参加人数/氏名/年齢/代表者の方の電話番号]をご連絡ください。
また、満席となり次第受付は終了となります。

講演会

(13:30~16:20)

15:00~15:20は
休憩時間となります

- 13:30~14:00 「若々しい血管を造るには」 山田明夫（ヘルシエイジング学会会長、医学博士）
- 14:00~14:30 「日常生活に於ける放射能対策」 木山晋哉（ヘルスケアコンサルタント、薬学博士）
- 14:30~15:00 「少し強めの運動で健康な体づくり」 生山 匡（山野美容芸術短期大学名誉教授、医学博士）
- 15:20~15:50 「セカンドライフそれぞれの生きる意味」 織田善行（アドベンチャーコーチング株式会社 社長）
- 15:50~16:20 「誰にも言えない女性の悩み～尿もれ、頻尿、骨盤臓器脱～」 島田 誠（昭和大学横浜市北部病院教授、医学博士）

試供品

9:30
16:30

お楽しみコーナー
各種健康飲料等無料配布



入場料は無料です

ご友人・ご家族をお誘い合わせの上
ご参加ください。

¥0

12月3日(土) 9:30~16:30

三鷹産業プラザ (7階ホール)

(東京都三鷹市下連雀 3-38-4 TEL:0422-40-9911) <定員:150名>

電車をご利用の場合

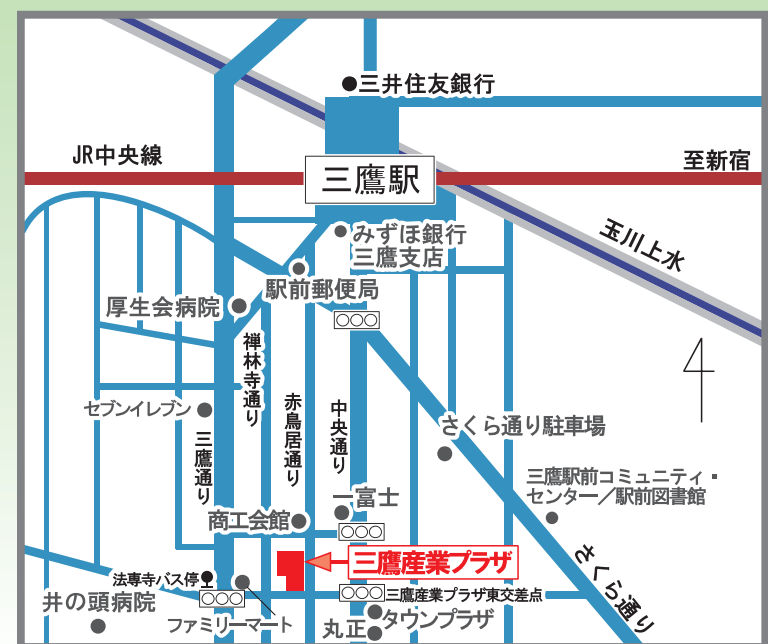
JR中央線・総武線「三鷹駅」南口より徒歩約7分
⇒中央通り3つ目（三鷹産業プラザ東）の信号を右折

バスをご利用の場合

JR三鷹駅(3番~8番乗り場)/京王線調布駅・仙川駅(どちらも三鷹駅行き)
⇒小田急バスを利用「法専寺前」下車 徒歩1分

車をご利用の場合

中央高速調布ICを利用 三鷹通りに入りJR三鷹駅方面へ北上
⇒調布ICより約7km
(三鷹産業プラザ駐車場 30分200円・高さ制限1.55mまで)
※無料駐輪場・有料駐車場あり/オートバイ駐車不可



主催：ヘルシエイジング学会 / 後援：三鷹市

協賛：株式会社アクト・アポン・ジャパン、一光化学、株式会社インジェスター、大村印刷株式会社、
医療法人社団 仁應 栄町クリニック、サン・バイオケミカル株式会社、サントリーウエルネス株式会社、
どんぐり薬局、日本加除出版株式会社、株式会社日本生物製剤、日本ノリット株式会社、
日本メディカルファンド株式会社、株式会社ピースガード、株式会社ピソー、ヒデックジャパン株式会社、
株式会社ファイン、富士フィルム株式会社 ライフサイエンス事業部 (50音順)

お問い合わせ先：ヘルシエイジング学会事務局 担当:平澤 (TEL:03-5207-3580 平日10:00~17:00 土・日休)



The Care Academy for Healthy Aging