

健康寿命を伸ばそう!

NPO 法人 日本ステッピング協会 設立 10 周年記念 特別講演会

著名なお三方に講演をお願いしました

イチニイ...



13cm



2017年 7月23日(日) 定員先着 400名

[開場 9:30 / 開催時間 10:00~12:00]

自分も家族も健康で、医療費も軽減する
医療や健康に関する最新情報や貴重なお話が聞けます



黒岩祐治神奈川県知事

医療最新情報 / 健康寿命と未病対策の現状と今後

黒岩知事は、超高齢化社会到来から、その対応に重点をおかれ、健康寿命延伸から未病対策に取り組まれています。神奈川県の実情と今後の健康増進対応、3033 運動のお話しをされます。



医療法人みなとみらい
田中俊一理事長

健康寿命を伸ばす「食事・運動」「睡眠」のお話

田中先生は糖尿病専門医として「食事」「運動」と「睡眠」を基本に、糖尿病をはじめとする生活習慣病の診療に日々携わっておられます。医療の視点から、日本ステッピング協会の顧問をされております。また、睡眠の改善から県民の健康増進をおこなう「かながわ未病見える化センター」を開設されております。



和歌山大学 本山 貢 教授

ステッピング運動の効果が良くわかるお話

健康科学・運動医学の権威。和歌山県全域で 13 年間にわたって踏み台ステップ運動教室を主幹し、3 万人以上の方々に指導。現在では 330 ヲ所で 1 万人以上の方が自主的に運動教室を運営するまでになっています。その効果として医療費の軽減や介護認定率の抑制効果を実証し注目を浴びておられ、当協会と情報交流があり模範です。

開催場所：横浜 みなとみらい
パシフィコ横浜
会議センター 502 号室
TEL：045-221-2155

- アクセス方法
 - ・JR/ 地下鉄 桜木町駅下車 12 分
 - ・みなとみらい線 / みなとみらい駅下車 3 分

●会場費：500 円



●先着：400 名となります。
お申込は下記の申込書にご記入のうえ FAX またはお電話にて承ります。スタッフに直接お申し付けいただいても結構です。

主催：日本ステッピング協会
<http://www.stepping.jp/>

後援：神奈川県 / 神奈川新聞社 / 公益財団法人 かながわ健康財団 / (株)ジェイコム横浜テレビ局

後援 / 協賛：
医療法人みなとみらい / フィリップス・レスピロニクス合同会社



来場者特典

ご来場の皆様にもれなく "オリジナルトートバッグ" をプレゼント!

お問合せ・お申込は NPO 法人日本ステッピング協会 090-3235-8188 (フジノ)・FAX 045-592-7511

●申し込み用紙

お名前

連絡先電話番号

ご住所

会場費：500 円

※ / 印

※協会スタッフが記入します。