

SBS 静岡健康管理センター  
公開講座

なるほど!  
聞いて  
健康長寿  
～心も体もいきいきライフ～



日程 6月7日(日)～10月4日(日) 全5回

会場 しずぎんホール「ユーフォニア」

静岡市葵区追手町1-13 アゴラ静岡8F TEL 054-250-8777

開講 13:30 受講料 全5回シリーズ／4,950円(資料代・消費税込)

定員 先着450名 ※定員になり次第締め切り

受講生  
募集

お問い合わせ 静岡新聞社・静岡放送 事業局 TEL 054-284-8920 (財)静岡健康管理センター TEL 054-282-1109

【主催】(財)静岡健康管理センター、静岡新聞社・静岡放送  
【後援】静岡県、(社)静岡県医師会、(社)静岡県歯科医師会、(社)静岡県薬剤師会

movel movel  
静岡新聞 SBS



# SBS 静岡健康管理センター 公開講座

聞いてなるほど!  
**健康長寿**  
～心も体もいきいきライフ～

<b>第1回</b> 6月7日(日)	 <p>「サプリメントとの正しい付き合い方」 <b>田中 孝</b>先生 田中消化器科クリニック院長</p>	 <p>「自分という人生の長距離ランナー」 <b>増田 明美</b>さん スポーツジャーナリスト、大阪芸術大学教授</p>
<b>第2回</b> 7月5日(日)	 <p>「ウォーキングとの正しい付き合い方」 <b>辻本 真友み</b>さん ウォーキングインストラクター、イメージコンサルタント</p>	 <p>「脳と健康」 <b>養老 孟司</b>先生 東京大学名誉教授</p>
<b>第3回</b> 8月2日(日)	 <p>「今の糖尿病との正しい付き合い方」 <b>村上 雅子</b>先生 静岡赤十字病院糖尿病内分泌代謝科部長</p>	 <p>「生涯現役のための面白健康学」 <b>森谷 敏夫</b>先生 京都大学大学院人間・環境学研究科教授</p>
<b>第4回</b> 8月30日(日)	 <p>「今の慢性腎臓病との正しい付き合い方」 <b>森 典子</b>先生 静岡県立総合病院副院長</p>	 <p>「[Wii Fit]監修者が教える転倒予防・尿失禁予防の秘訣」 <b>松井 薫</b>さん ウェルネスガーディアンズ顧問スポーツトレーナー、 国士館大学 理工学部理工学科健康医工学系 非常勤講師、 (財)東京都高齢者研究・福祉振興財団指定 介護予防主任運動指導員</p>
<b>第5回</b> 10月4日(日)	 <p>「今の肝炎と脂肪肝との正しい付き合い方」 <b>伊東 和樹</b>先生 伊東クリニック院長</p>	 <p>「食べてきれいにやせる」 ～伊達式脂肪燃焼ダイエット～ <b>伊達 友美</b>さん 管理栄養士、日本抗加齢医学会認定指導士</p>

【受講料】全5回シリーズ:4,950円(資料代・消費税込)

【定員】先着450名(振込順) ※定員になり次第締め切り

## 申込方法

郵便局備え付けの振込用紙でお申し込み下さい。

- 口座番号=00820-1-47733 加入者名=SBS事業局
- 振込用紙の通信欄に受講希望者全員分の必要事項をご記入の上、受講料をお振込み下さい。

必要  
事項

- ①氏名 ②郵便番号・住所 ③TEL ④FAX  
⑤生年月日 ⑥年齢 ⑦性別 ⑧職業