

令和4年度 棚倉町健康づくり講演会

入場無料

※マスクをご着用の上
ご来場ください。

『人生100年時代を 元気に生き抜こう！』

～健幸なまち たなぐらを目指して～



科学的根拠にもとづいた、健幸に楽しく過ごす秘訣をご紹介します。

日時 ▶▶▶ **2月8日(水)**
午後2時～3時30分(開場 1時30分)
会場 ▶▶▶ **棚倉町文化センター(倉美館)**



■講師

筑波大学 人間総合科学学術院 教授

久野譜也 (くのしんや) 氏

1962年生まれ。筑波大学大学院博士課程医学研究科修了。医学博士。2011年より現職。2002年に健康増進分野日本初の大学発VB株式会社つくばウエルネスリサーチを設立。代表取締役社長兼任。科学的根拠に基づいた高齢化社会に対する日本の健康政策の構築を目指して2009年全国9市長とSmart Wellness City首長研究会を立ち上げ、現在43都道府県119区市町村に拡大。著書「70・80・90歳の若返り筋トレ」(NHK出版)等。

NHK「おはよう日本」
「ニュース7」、
日本テレビ「世界一受けたい
授業」などTV多数出演！

【お申込み・お問い合わせ】

棚倉町健康福祉課 (保健福祉センター内)

電話 (33-7801) FAX (33-7820)

メール (kenkoudukuri@town.tanagura.fukushima.jp)

事前申込締切

2/6 (月)

※当日参加も可能です。