

ガッテン流! ラクして得する!! オモシロ健康学

～こんなにラクに健康になっちゃっていいの!?!～

NHK「ためしてガッテン」の制作に18年間携わった北折 一さんが、
楽しく続ける健康づくりのコツをわかりやすくお伝えします。

令和8年

日時

11月7日(土)
10:00～12:00

会場

棚倉町文化センター
倉美館 大ホール

申込

下記申込書に必要事項をご記入の上、
申込先までFAXまたはご持参ください。

参加無料

講師

きた おり はじめ

北折 一氏

▶元NHK「ためしてガッテン」
演出担当デスク
▶健康演出アドバイザー

1995年の「ためしてガッテン」立ち上げ
に参加し、18年間にわたり番組制作に携
わる。現在は健康教育を中心に、全国各
地で講演・執筆活動を行っている。

ご来場特典

ルネサンス棚倉
入浴割引券プレゼント!

当日は、ルネサンス棚倉フィットネスジムのス
タッフによる健康づくり体験も予定しています。

ご来場者様限定

ルネサンス棚倉 レストラン

**LOB SHOT
BURGER**

1個 880円(税込)
で販売いたします

棚倉町スポーツコミッションが、栄養と地元
食材にこだわって開発したバーガーです。

お問い合わせ・お申し込み

棚倉町スポーツコミッション
タナ・ライズ

棚倉町大字棚倉字中居野33 産業振興課内

FAX **0247-33-3715**

TEL **0247-33-2113**

FAXの際は切り取らずにお申込みください。

スポーツウェルネス講演会お申し込み書

※1枚の申込書で4人まで申し込みめます。

フリガナ 受講者名	① (歳)	② (歳)
	③ (歳)	④ (歳)
住 所 ※代表者	電話番号 ※代表者	

※ご提供いただいた個人情報は、参加受付および本講演会の運営・連絡の目的で利用し、適切に管理いたします。法令に基づく場合を除き、本人の同意なく第三者に提供することはありません。