

健康ちば  
推進県民大会

# 健康寿命を延ばそう！

# 食生活をみなおして

入場  
無料



測定イベントを行います。▶ 13:00~13:30

## 基調講演 Keynote lecture

13:35~14:20



たかやま  
高山

けい  
啓氏 (厚生労働省 健康局がん対策・  
健康増進課 課長補佐)

「知っておきたい最新の健康づくり対策  
~健康で長寿を楽しむために~」



## シンポジウム Symposium

14:30~15:50



いまい ゆきこ  
今井 由紀子氏 (野菜ソムリエ)

「旬の野菜の選び方と料理法」



いたらしきのぶこ  
板良敷 信子氏 (ちば食育ボランティア)

「食育ミニシアター~子どもに響く食育~」



なみき たかお  
並木 隆雄氏 (千葉大学医学部附属病院  
和漢診療科 診療教授)

「千葉大病院の薬膳ごはん~未病への対策~」

株式会社タニタヘルスリンク管理栄養士



「タニタの社員食堂  
~500kcalのまんぷく定食のコツ~」



## ディスカッション

discussion

16:00~16:30

テーマ「食事の楽しみ方と健康」

日 時

平成26年 **11月15日** 土  
13:30~16:35 (開場13:00)

場 所

**千葉市生涯学習センター**  
**2階ホール** (JR千葉駅東口または  
北口から徒歩8分)

定 員

**300名** ※定員を越えた場合のみ、  
ご連絡します。  
(申込先着順)

申込方法

住所・氏名・電話番号・参加人数を明記して  
郵送またはファックスで。  
(Eメール、電話申込可)

問合せ申込先: 千葉県健康福祉部健康づくり支援課 〒260-8667 千葉市中央区市場町1-1 TEL:043-223-2661 FAX:043-225-0322

Eメール: kenzo8@mz.pref.chiba.lg.jp HP: http://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/event/kenmintaikai.html

主催: 千葉県・千葉県医療推進協議会・(公財)ちば県民保健予防財団・協会けんぽ千葉支部