

記者発表（ 発表 ・資料配付）				
月／日（曜日）	事務所等名	電話	発表者（担当者）	その他の配布先
6月29日（木）	加東健康福祉事務所 （公財）兵庫県健康財団 北播磨支部	0795-42-9488	所長 逢坂 悟郎 （地域保健課長 堀尾千恵）	

健康ひょうご21 県民運動北播磨会議研修会について

1. 開催趣旨

健康ひょうご21 県民運動は、県民一人ひとりが自らの生活を見つめ直し、生活習慣を改善するとともに、個人の努力とあわせ、社会全体で健康づくりを支援するため、県民全体で取り組む運動であり、北播磨圏域でこの運動を推進するため健康ひょうご21 県民運動北播磨会議を設立し、地域の皆様とともにこの運動を展開しています。

このたび、当会議の運動の一環として健康づくり実践のための研修会を開催します。

2. 開催日時

令和5年7月5日（水） 14：15～16：00

3. 開催場所

西脇市市民交流施設 オリナスホール（西脇市下戸田128-1）

4. 主 催

公益財団法人兵庫県健康財団北播磨支部

5. 内 容

（1）研修会

① 講演「食べる順番と食べる時刻が健康長寿のカギ！！

～食べ方で生活習慣病・認知症を予防しよう～

講師：京都女子大学 家政学部 食物栄養学科 特任教授 今井 佐恵子 氏

② 健康体操「体ものびのび、気持ちものびのび」兵庫県健康財団 健康運動指導士

（2）募集者

北播磨会議参画団体会員及び当県民運動推進員、県民

（3）申込方法

令和5年7月3日（月）までに、電話にてお申込みください。

（4）申込・問い合わせ先

（公財）兵庫県健康財団北播磨支部（加東健康福祉事務所 地域保健課）

電話 0795-42-5111（代表）内線325

令和5年度 健康ひょうご21 県民運動北播磨会議 研修会

日時 令和5年7月5日(水)
14:15~16:00(受付:14:00)

入場
無料

場所 西脇市市民交流施設 オリナスホール
(西脇市下戸田128番地の1)

内容 ◎研修会 (14:15~16:00)

◆講演:「食べる順番と食べる時刻が健康長寿のカギ!!
~食べ方で生活習慣病・認知症を予防しよう~」

講師: ^{いまい}今井 ^{さえこ}佐恵子 氏

(京都女子大学 家政学部食物栄養学科 特任教授)

◆講演:「体ものびのび、気持ちものびのび」

講師: ^{たが}田賀 ^{ゆきえ}雪枝 氏

(公益財団法人兵庫県健康財団 健康づくり部 健康運動指導士)

会場のご案内



○講師プロフィール○

同志社女子大学 家政学部 食物学科をご卒業。同志社女子大学大学院 家政学修士課程を終了後、京都府立大学大学院博士(農学)を取得。その後大阪府立大学にて、管理栄養士の教育に携わりながら、糖尿病食事療法の指導及び研究を続け、国際専門誌にも多くの論文を発表。2023年4月より、京都女子大学 家政学部 食物栄養学科 特任教授。

NHK「ためしてガッテン」「あさイチ」、NHKスペシャル「健康格差」などで取り上げられる。

申込締切: 令和5年7月3日(月)

今回の講演会は『食の健康』について開催します。
☆皆さまのご参加をお待ちしております☆

◇お申込み・お問合せ先◇ 健康ひょうご21 県民運動北播磨会議事務局

〒673-1431 加東市社字西柿 1075-2 加東健康福祉事務所地域保健課内

(公財)兵庫県健康財団北播磨支部 担当: 西山

TEL 0795-42-5111 (内線325)

FAX 0795-42-4050