



# 「世界肥満デー」市民公開講座

健幸ポイント  
特別イベント！  
**100P**

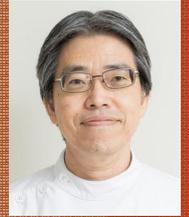
日時: 2024年2月10日(土) 開場9:20～  
会場: 小林市文化会館(大ホール) 開演9:50～12:20  
参加費: 無料

主催者挨拶 宮原 義久 小林市長 9:50～10:00

講演1 「肥満を放置はダメなの？」 10:00～10:30  
～肥満症の定義や予後、対策をご紹介します～

上野浩晶

(宮崎大学医学部内科学講座 血液・糖尿病・内分泌内科学分野 講師)



講演2 「こどもの肥満、おとなと何が違うのか」 10:30～11:00  
～こどもの肥満の診断や生活指導・治療、  
さらに学校健診の話題についてお話しします～

井上 忍 (独立行政法人国立病院機構宮崎東病院小児科医師)

(休憩 11:00～11:10)



講演3 「肥満と食事」 11:10～11:40  
～食事の摂り方で生活習慣病の予防を～

池田尚子 (医療法人養気会 池井病院 管理栄養士)



講演4 「よりよく眠るための心得」～睡眠6ヶ条～ 11:40～12:10  
～上手な眠りで楽しい毎日を！～

東郷順一 (東洋羽毛九州販売株式会社 睡眠健康指導士)



クロージング 中里雅光 12:10～12:20

(西日本肥満研究会代表世話人／  
西日本肥満対策コンソーシアム理事長補佐／  
宮崎大学・大阪大学特任教授)



主催: 小林市、西日本肥満対策コンソーシアム、西日本肥満研究会  
後援: 公益社団法人 宮崎県医師会、一般社団法人 西諸医師会  
小林市教育委員会、医療法人 養気会 池井病院  
連絡先: 宮崎大学医学部／大阪大学蛋白質研究所  
電話: 0985-85-2965 FAX:0985-85-1869 特任教授 中里雅光

体組成計の測定  
を無料開放！  
ポイント参加者  
は事後測定可！

# 「世界肥満デー」市民公開講座 参加申込書

健康推進課 行 (FAX 0984-23-0325)

◇申込期限 令和6年1月25日(木曜)

◇申込方法 以下のいずれかの方法でお申し込みください。

- ①小林市役所 健康推進課へFAX
- ②下記のURL又は右記のQRコードからWEB申込

<https://www.city.kobayashi.lg.jp/cgi-bin/inquiry.php/76>



## 1. 個人様用

氏名	連絡先(電話番号)	備考

## 2. 団体様用

団体(事業所)名		
電話番号		
担当者氏名		
参加者氏名	参加者氏名	参加者氏名