



令和6年度健康づくり大会 世界肥満デー関連市民講演会

日時 令和7年2月7日(金) 13:30~16:00 ※13:00開場

定員 300名 ※申込不要

R5活動発表(山田地区)

場所 ウェルネス交流プラザ
2階 ムジカホール

**参加
無料**



第1部 都城市健康課報告・健康づくり会活動発表

13:40~ 「みやこのじょう健康づくり計画21(第3次)」(都城市健康課)

13:50~ 健康づくり会活動発表(小松原、志和池、高崎地区)

第2部 世界肥満デー関連市民講演会

14:25~ 「肥満は何が問題か~『肥満症』という病気の話~」
宮崎大学医学部 血液・糖尿病・内科泌内科学分野 上野 浩晶 医師

15:00~ 「肥満予防のための食事のおはなし」
宮永病院 管理栄養士 永山 美里 氏

15:20~ 「肥満予防のための運動の話」
働くデイサービスセンター ほほえみの園 理学療法士 宮越 貴裕 氏

15:40~ 「大豆のチカラで健康をサポート
~食卓に大豆を取り入れて健康に~」
フジッコ株式会社 後藤 弥生 氏

サンプルプレゼント

- ・ダイズライス
- ・蒸し大豆



健康チェックコーナー(無料)

体組成測定、血圧測定、健康相談(保健師、管理栄養士等)など

靴を履いたまま測定可能です♪

