



NPO法人

日本健康文化協会

100歳まで健康で美しく。

健康寿命 延伸フォーラム

先着250名 入場無料

※要申込み

“人生100年時代”。

いつまでも健康で元気に過ごすためには、
何が必要なのでしょう。

今回は運動や食事、喫煙の
3つの観点からレクチャー。

健康でいきいきとした生活を送るために、
健康寿命を伸ばしましょう！

健康寿命全国一

健康を日本の文化に



美しい足腰Get100

発振地群馬県

産官学民連携

ぐんまちゃん
2019-100466

Get100宣言

11月16日土

2019年

受付 17:30 開会 18:00 閉会 19:40

会場 群馬県社会福祉総合センター
8階大ホール 〒371-0843 群馬県前橋市新前橋町13-12



栄養と食事

綾部 園子



運動と健康

吉田 大祐

禁煙と
受動喫煙

東福寺 幾夫

※先着250名につき、お早めにお申し込みください。申込方法は裏面をご覧ください

群馬県社会福祉総合センター案内図



電車 新前橋駅より徒歩 5分
自動車 前橋インターチェンジから3km
※構内駐車場114台、構外第1~4駐車場あり
バス 群馬中央バス「滝川橋停留所」下車
徒歩 1分

主催 NPO法人 日本健康文化協会

後援 群馬県

協賛 群馬ヤクルト、マルエドラッグ

協力 高崎健康福祉大学