

健康セミナーのご案内

「中高年の健康管理」 ～生活習慣病予防と早期発見～

近年、食生活の欧米化や運動不足など、生活環境の変化に伴い、がん・心臓病
糖尿病といった生活習慣が関わる疾病が増えております。人生100年時代を見
据え、今回は生活習慣病をはじめとする病気を予防し、より充実した健康ライフ
を送るため、中高年における健康づくりについて、分かりやすく解説して頂くセ
ミナーを開催致します。皆様お誘い合わせの上、是非ご聴講下さい。



医学ジャーナリスト・医学博士

うえだ みつえ
植田 美津恵 先生

医学ジャーナリスト・医学博士
学校法人専門学校首都医校教授
愛知医大医学部客員研究員

《主な活動》

教壇に立つほか、医学番組の監修、テレビコメンテーター、
講演活動をこなす。

専門は、公衆衛生学・医療安全・心理学・医療制度など
幅広い。

医学博士(愛知医大)、社会科学修士(東洋英和女学院大学
大学院)、正看護師、保健師、日本未病システム学会評議
員、日本思春期学会理事、厚生労働省研究班、経済産業省
委員など。

《主な著書》

『がん発見の新兵器』(共著 KTC 中央出版)
『健康感(体からのシグナルを見逃すな)』(中部経済新聞社)
『江戸健康学』(日本地域社会研究所)
『戦国武将の健康術』(ゆいぽおと)
『わたしのカラダを医学して』(ローレンスムック)
『骨格・筋肉がよくわかる』(コスミック出版)ほか、多数

日 時 平成31年3月13日(水)
午後2時～3時30分

会 場 ホテルグランド東雲

(つくば市小野崎 488-1 TEL029-856-2211)

**申込み
問合せ** 3月1日(金)迄に、TEL または
FAXにてお申込みください。

(公社)土浦法人会 事務局
(土浦市真鍋 1-16-11 延増第三ビル1階)

TEL▶029-822-5657
FAX▶029-823-9637

主 催 (公社)土浦法人会厚生委員会
(公社)土浦法人会 女性部会

後 援 アフラック 生命保険会社

聴講無料

(切り取らずに FAX をお願いします。)

セミナー 申込書 (FAX029-823-9637)

月 日 申込

事業所名		受講者名	
電話番号			

*ご記入いただきました個人情報は、セミナー運営以外の目的で使用することはありません。