

第19回 食と文化フォーラム

輝く若さと健康長寿は食と運動から

挨拶講演



岩崎 輝明
(食と健康財団理事長)

4月6日 (土)

開演/午後1時30分 開場 午後1時 閉会 午後4時30分
札幌グランドホテル 2階 金枝の間
札幌市中央区北1西4 ☎011-261-3311

第1部 講演

やもり先生、教えてください

地球を歩いてわかったこと



食事で長寿と病気の克服・予防はできます

高血圧の研究から脳卒中ラットを開発し、脳卒中の予知・予防の権威。世界25カ国61地域を、20余年を費やし調査。大豆や魚介類を常食する食文化地域では健康長寿であることを証明。現在は世界各地の食文化を尊重しつつ食生活改善に努める。

講師 **家森 幸男** 氏
京大名誉教授・武庫川女子大学国際健康開発研究所所長

第2部 講演・実演

輝く若さと健康生活はどうすればいい？

整形外科医は語る

実践編

知って得する 毎日の運動と食事



講師 **内藤 貴文** 氏
整形外科・リウマチ科/ないとうクリニック院長



健康運動指導士
広山 智津 氏
NPO法人ヘルシー・コミュニケーション・ネットワーク理事長



新聞紹介・各TV局取材、放送

入場無料
定員/500名

お申し込みのご希望・お問い合わせ
一般財団法人 食と健康財団
TEL 011-736-3000
FAX 011-736-3003
毎日新聞北海道支社総務部
事業グループ
TEL 011-281-5252
FAX 011-251-3551

・裏面にご記入の上、FAXにてお申込みください。
・4/6(土)当日このリーフレットを受付に提示して下さい。
・先着優先。お早いお申込みを。

チケットは発行いたしません。

お申込みは
ウラ面を
ご覧下さい