

平成 28 年 3 月 15 日

報道機関 各位

国立市役所市長室広報担当

生活習慣病を予防して、よき老後を迎えるためには、食生活が大事！
**「健康寿命を延ばす食事-サクセスフル
エイジングを目指して-」講演会を開催します**

生活習慣病は、若いころからの運動、食事、休養などのライフスタイルが、血管や臓器に影響し発症する病気です。だれでも生活習慣病にかかる可能性はありますが、多くの場合、予防が可能です。

生活習慣病を予防し、健康寿命を伸ばすため、望ましい適切な栄養の摂取を心がけることの大切さを広く普及するため、次のとおり講演会を開催します。ぜひ、貴媒体での事前告知および取材・掲載方、よろしく願いいたします。

記

1. 日時 3 月 27 日(日)午後 1 時 30 分～3 時 30 分
2. 場所 くにたち福祉会館 4 階 大ホール (国立市富士見台 2-38- 5)
3. 講師 からしま 辛島 じゅんこ 順子氏
(実践女子大学生生活科学部 食生活科学科 管理栄養士)
4. 定員 100 名 (先着順)
5. 申込 担当係へ電話にてお申し込みください。

お問い合わせ

国立市役所 健康増進課予防推進係
(保健センター内)
TEL : 042-572-6111