令和３年度

「健康で長生きのまちづくりフォーラム ～スマイルエイジングｉｎ山陽小野田～」

日本基礎老化学会 第2回市民フォーラム「人生100年時代の健康意識 in 山陽小野田」と同時開催

参加費無料

Withコロナ時代に 笑顔で年を重ねる秘訣とは？

老化のしくみをよく知る専門家の先生が、今日から役立つ知恵をお伝えします！！

令和3年11/27（土） 13:00～16:00（受付12:00～）

手話通訳
要約筆記
無料託児あります

会　場 山陽小野田市民館　　**定　員** 210人（要申込み）

講　演

1 『知っておきたい老化の仕組み』
国立長寿医療研究センター　プロジェクトリーダー　清水　孝彦　先生

2 『健康長寿社会におけるメンタルヘルス』
山口大学医学部精神科神経科　教授　中川　伸　先生

3 『筋力アップで延ばす健康寿命 ～今からでも遅くない筋肉づくり～』
順天堂大学大学院　スポーツ健康科学研究科　教授　町田　修一　先生

4 『知っておきたい高齢者の免疫と栄養の関係、健康長寿への道』
国立長寿医療研究センター
ジェロサイエンス研究センター長・部長　丸山　光生　先生

パネルディスカッション
『Withコロナ時代の笑顔で年を重ねる秘訣を教えます』

申込み・問い合わせ先

山陽小野田市健康増進課
TEL：0836-71-1814
Web：申込みQRコード ➡

骨密度測定（20名）
血管年齢測定（20名）
11/4（木）～申込み先着順

主催：山陽小野田市　日本基礎老化学会　共催：山陽小野田市立山口東京理科大学

スマイルエイジング