

# 第30回 県民のための 健康管理講座



平成30年10月28日(日)  
13:00~16:00 (開場 12:30~)

**開催場所** 筑西市立生涯学習センター ペアーノ  
〒308-0111 茨城県筑西市舟生1073-21



健康寿命を  
延ばそう!!

市民の皆さんが健康づくりに取り組めるように、これからの生活に役立つ、とっておきの情報をお伝えします。(筑西市より)

講習料  
無料

筑波大学医学医療系  
臨床医学域精神医学 教授  
**新井哲明** 先生

**認知症の脳では何が起きているか?**  
~そこから考える治療と予防~

筑波大学医学医療系  
内分泌代謝・糖尿病内科 病院教授  
**鈴木浩明** 先生

**糖尿病について知ろう**  
~糖尿病と認知症、がんとの意外な関係~

筑波大学附属病院 病態栄養部  
管理栄養士  
**水間久美子** 先生

**食べて健康になる食事**  
~あなたはあなたの食べた物でできている~

筑波大学附属病院 リハビリテーション部  
理学療法士  
**鈴木康裕** 先生

**からだを動かすことの大切さ**  
~私たちが今と未来に向けて出来ること~

## 申し込み方法

電話、FAX、WEBで事前にお申し込み下さい。  
お申し込み先：一般財団法人 桐仁会  
つくば市天久保2-1-1(筑波大学附属病院内)  
☎ 029-858-0128  
FAX 029-858-3351  
WEB <http://www.tohjinkai.jp/>

## お問い合わせ先

筑西市保健福祉部 ☎0296-22-0506  
健康づくり課

## 交通アクセス

常総線……………黒子駅から車で約15分  
圏央道……………常総ICから約40分  
北関東自動車道…桜川筑西ICから約40分



主催 一般財団法人桐仁会、筑西市

後援 筑波大学附属病院、茨城県、茨城県医師会、真壁医師会、筑西市社会福祉協議会、下妻市、桜川市、結城市、八千代町、つくば市