

ケーブルテレビにて講演会を放映します


愛知県医師会地域健康づくり指導事業

主催：一般社団法人 蒲都市医師会
共催：公益社団法人 愛知県医師会 / 蒲都市

蒲都市医師会市民公開講座 健康を保つための食事と体操 ～コロナに負けない体づくり～



11月28日(土)にオンラインにて開催しました、「蒲都市医師会市民公開講座」をケーブルテレビにて放映いたします。

 **三河湾ネットワーク**
(スマイルチャンネル)

【放送期間】

12月 5日(土)～13日(日)

【放送時間】

12月 5日(土)、10日(木)	午後8時～
12月 6日(日)、11日(金)	午前7時～
12月 7日(月)、12日(土)	午前10時～
12月 8日(火)	午後2時～
12月 9日(水)	午後4時～
12月13日(日)	午後10時～

【お問い合わせ】

蒲都市在宅医療・介護連携サポートセンター(市役所長寿課内)

☎ 65-9050 [担当:佐藤・柴田]

プログラム

● 主催者挨拶 蒲都市医師会 会長 近藤 耕次

● 特別講演「フレイルとその対策」

講師：国立長寿医療研究センター
老年内科部長・栄養管理部長
・フレイル診療科医長
医師 佐竹 昭介 氏



● 健康ミニ講座

① 「健康寿命の延伸のための食事と栄養」

講師 蒲都市市民福祉部健康推進課 管理栄養士 千賀 典子 氏

② 「フレイル予防のために！食生活・栄養編」

講師 株式会社 スギ薬局 管理栄養士 蔵座 明日香 氏

● 健康体操「観光蒲郡の歌♪」に合わせて健康体操

NHK連続テレビ小説「エール」のモデルとなった古関裕而さんが作曲された「観光蒲郡の歌」(昭和25年制作)に合わせて、健康によい体操をご紹介します。

