

第12回 一笑健康 一生現役

# 元気健康シンポジウム

**日時** 平成28年10月31日(月)  
午後1時30分～4時20分  
(開場:午後1時)

**場所** 岐阜市文化センター小劇場

定員500名  
**入場無料**  
申込不要

## ① 地域住民による健康シンポジウム

～わたしたちの地域の健康自慢～

- ・いきいき筋トレサポーター(長森南地区)
- ・いきいきサロン(柳津地区・三輪北地区)
- ・岐阜市食生活改善推進協議会(藍川地区)

市民による、健康づくり活動の発表です。

食生活改善推進員  
手づくり野菜クッキーを  
入場者にプレゼント

先着100名様

## ② 健康講話

「生活習慣病の予防・改善のための運動と食事」

京都大学名誉教授  
(株)運動医科学研究所 所長 もりたに としお  
**森谷 敏夫 先生**

楽しく実践的なお話と大評判!!  
「生涯現役、死ぬまで元気」を提唱する京大名物教授が  
生活習慣病予防について、わかりやすくお話します。



元気健康シンポジウムは「ぎふ健幸チャレンジ2016」対象イベントです。

<お問い合わせ先>

岐阜市健康部 健康増進課 TEL 252-7193  
岐阜市南市民健康センター TEL 271-8010

岐阜市中市民健康センター TEL 252-0632  
岐阜市北市民健康センター TEL 232-7681