

## 第48回 市民健康教育公開講座

# 健康寿命を延ばす ～人生100年時代の健康づくり～

平成  
31年 **2/26** (火)

参加費無料  
事前申込不要

18:00開演 (開場17:30～)

会場：杜のホールはしもと多目的室

定員：200名

### プログラム

#### 第1部 講演

##### 1. 食生活と健康寿命

講師 栄養室 室長 上條 広高

##### 2. 健康長寿につながる口腔ケア

講師 歯科衛生士 久田 智美

##### 3. 運動と健康について

講師 リハビリテーション室 主任 佐藤 陽介

#### 第2部 パネルディスカッション

座長 相模原協同病院 病院長 高野 靖悟

パネリスト 栄養室 室長 上條 広高

歯科衛生士 久田 智美

リハビリテーション室 主任 佐藤 陽介