

第17回和歌山市薬剤師会 市民講座

健康サポート2019

とき 2019年 **8月25日** (日)

11:00~17:00 (混雑状況により、受付終了時間が早まる場合があります。当日、悪天候により中止となる場合もございます。)

ところ **プラザホープ** 和歌山市北出島1丁目5番47号
TEL.073-425-3335



入場無料

市民講座

4F

13:30~14:00 「腎疾患の食生活」 公益社団法人 和歌山県栄養士会
16:30~17:00 「薬剤師が解説する睡眠薬あれこれ」
薬剤師 瀧 一洋 先生

駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用下さい。

特別講演

14:00~15:30

**「認知症予防と笑いの効用
~人生は楽しく・おもしろく~」**

NPO法人健康笑い塾 主宰 **中井 宏次** 先生



15:40~16:20

**「健康長寿につながる運動の
コツとポイント」**

日本健康運動指導士会 和歌山県支部長 **川村 護** 先生



相談・測定・体験コーナー 他

1F~4F

- おくすり相談、栄養相談、健康相談、禁煙相談、水質検査、歯科衛生相談
- 血流血圧測定、骨密度測定、肺年齢測定、脳年齢測定、血管年齢測定、体脂肪測定
- 子ども体験(調剤・化学実験など) 正しい手洗い など

先着100名様

共催●(一社)和歌山市薬剤師会、(一社)和歌山県薬剤師会、和歌山県薬局協同組合和歌山支部
後援●和歌山市、(一社)和歌山市医師会、(一社)和歌山市歯科医師会

ヨーヨーつり
無料参加券

第17回和歌山市薬剤師会 市民講座

健康サポート

今年は
8月!!
2019

2019年 **8月25日(日)**

11:00 ~ 17:00まで

(測定受付終了時間 16:00)

混雑状況により、受付終了時間が早まる場合があります

場所：プラザホープ (北出島1丁目 5-47)

自分の健康をチェックして生活習慣病を予防する！
私達「薬剤師」是和歌山市民の皆様の
「セルフメディケーション」をお手伝いいたします。



夏休み最後の思い出を
薬剤師と楽しく作ろう



子ども体験コーナー

- * 薬剤師体験
- * ふしき化学実験
- * 薬務課のおしごと など

測定コーナー

- * 骨密度
- * 血流・血圧
- * 体脂肪
- * 肺年齢
- * 脳年齢
- など

講師紹介

中井 宏次 先生

薬剤師 / 日本笑い学会 理事
日本産業ストレス学会 理事
岡山大学非常勤講師「人間学講座」担当

2007年「医笑同源：笑い(ユーモア)でこころ豊かな歓びのある生活を！」テーマにNPO法人健康笑い塾を設立し、全国の皆様に、生活における笑い(ユーモア)の重要性を啓蒙し、「笑いとしあわせ」をお届けする笑配師として活動している。また、33年間の会社経験を活かし、「笑い経営」、「職場のメンタルヘルスとユーモア」、「ユーモア人財育成法」等の研究にも取り組み、経営・人財育成コンサルタントとして活躍している。教職としても「笑いと教育」をベースに、これからの人財育成・予防笑学に情熱を注いでいる。また、薬家きく臓の芸名で落語も嗜んでいる。

健康運動指導士

川村 護 先生

ユーアイ・ウェルネスファクトリー代表
日本健康運動指導士会和歌山県支部長

学校法人大阪社会体育専門学校卒業
行政・企業・各種団体より依頼を請け、青年期から高齢者までの健康づくりお手伝いのため、エクササイズ指導と講演活動を行う。

相談・展示コーナー

- * おくすり
- * 健康
- * 正しい手洗い
- * 禁煙
- * 歯科衛生
- * 水質
- * 栄養
- * 和歌山県製薬協会

相談・測定すべて
無料

お問い合わせ先 (一社)和歌山市薬剤師会事務局 TEL:073-428-1250