

信州まるごと健康チャレンジ2022 オンライン企画

キックオフ学習会

日時：7月28日(木) 13時半～16時

【講演①】 13：35～14：25

「長野県の健康長寿を延伸させるために
～ 食の課題解決に向けて考えたいこと～」



講師：廣田直子氏 (松本大学大学院健康科学研究科/人間健康学部健康栄養学科 教授)

＜講師紹介＞ 奈良女子大学家政学部食物学科卒業後、長野県短期大学助手、専任講師、助教授を経て2006年10月に松本大学に着任。現在は同大学大学院健康科学研究科教授。2018年6月～2022年5月まで(公社)長野県栄養士会会長を務め、現在は、日本栄養改善学会評議員、日本栄養学教育学会評議員、信州公衆衛生学会理事などに就任している。現在の研究分野は、食育および栄養・健康教育、栄養調査、栄養疫学等。

【講演②】 14：35～15：25

「With コロナ時代の簡単健康法
～口呼吸対策に有効な『あいうべ体操とマウステーピング』～」



講師：中島潤子氏 (なかじま歯科医院 院長/歯学博士 MBA)

＜講師紹介＞ 歯学博士、MBA(マサチューセッツ大学)、ケアマネージャー、息育指導士、日本法歯科医学会 評議員、長野県歯科医師会 災害対策委員会委員、元松本歯科大学非常勤講師、元介護認定審査会委員 1987年松本歯科大学卒業後、口腔外科学教室入局。2003年松本市四賀地区(旧四賀村)で、なかじま歯科医院を開業。2021年あいうべ体操を考案した内科医今井一彰先生と共著で「世界一簡単な驚きの健康法マウステーピング(幻冬舎)」を出版。

【フレイル予防の運動実践教室】 15：30～16：00

講師：松本大学人間健康学部スポーツ健康学科 田邊ゼミの学生さん
テーマ：フレイル予防のための効果的な運動実践教室

☞WEB聴講の参加申し込みはメールにて承ります。

申込方法：①お名前 ②電話番号 ③メールアドレス を下記までお送りください。

申込先：entry@nccu-coop.org 又は 二次元コードより ⇒

申込締切：7月20日(水) ※必ず「7/28 学習会参加希望」とご記入ください。

◎お問合せ・お申し込みは長野県生活協同組合連合会 関・中谷が承ります。

〒388-8006 長野市篠ノ井御幣川 668 コープながの本部内 Eメール：entry@nccu-coop.org



主催：長野県生活協同組合連合会

共催：信州まるごと健康チャレンジ2022 実行委員会/長野県協同組合連絡会