健康ひょうご21 県民運動

令和8年度 健康ひょうご21県民運動但馬会議

健康づくり推進員 フォローアップ研修会

日 時 11月9日(月) 13：30～16：00

参加費 無料（定員80名）

会 場 兵庫県立但馬長寿の郷 第３・４会議室（養父市八鹿町国木594-10）

申 込 １０月２９日（木）までに裏面参加申込書により、FAXまたは電話でお申込み下さい。定員(80名)になり次第、締め切りとさせていただきます。

健康体操

13:35～14:15

「冬に向かって 室内でできる体操の紹介」



講師：健康運動指導士　高 橋　博 氏



＜高 橋 博 氏 プロフィール＞

健康運動指導士。高齢者健康体操、ジュニア体操教室主催。こども園での運動指導など、但馬地域を中心に運動の輪を広げる活動に取り組んでいる。

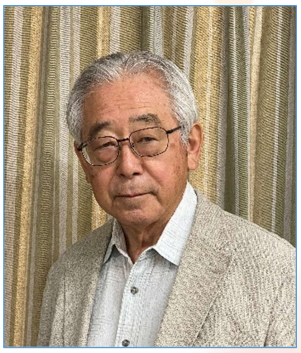
講 演

14:25～15:55

「高齢社会の食育 ～老いも若きも元気に～」



講師：NPO法人兵庫農漁村社会研究所 理事長　保田　茂 氏



＜保 田　茂 氏 プロフィール＞

ＮＰＯ法人兵庫農漁村社会研究所理事長／神戸大学名誉教授。兵庫県豊岡市生まれ。
有機農業研究の第一人者であり、独自に「保田ぼかし」を開発するなど、有機農業の普及を図っている。また、子どもたちを対象とした「ごはん塾」などを通じて、子どもへの食育普及にも精力的に活動しているほか、兵庫県の「おいしいごはんを食べよう県民運動推進協議会」会長を務めるなど、健康の基礎である「食」について、ごはん食を中心とした日本型食生活の普及を目指し、超高齢社会となる中で子どもから高齢者まで、食の在り方を通して健康を考える活動に取り組んでいる。

お申込 お問合せ

TEL：0796-26-3662　FAX：0796-24-4410
E-mail：tajima@kenkozaidan.or.jp

健康ひょうご２１県民運動但馬会議事務局（公財）兵庫県健康財団但馬支部
〒668-0025 豊岡市幸町7-11 豊岡健康福祉事務所　地域保健課内　担当：宮木

参加申し込み用紙

FAX:0796－24－4410

(公財)兵庫県健康財団但馬支部　宮木 行

申込〆切日：令和8年10月29日（木）

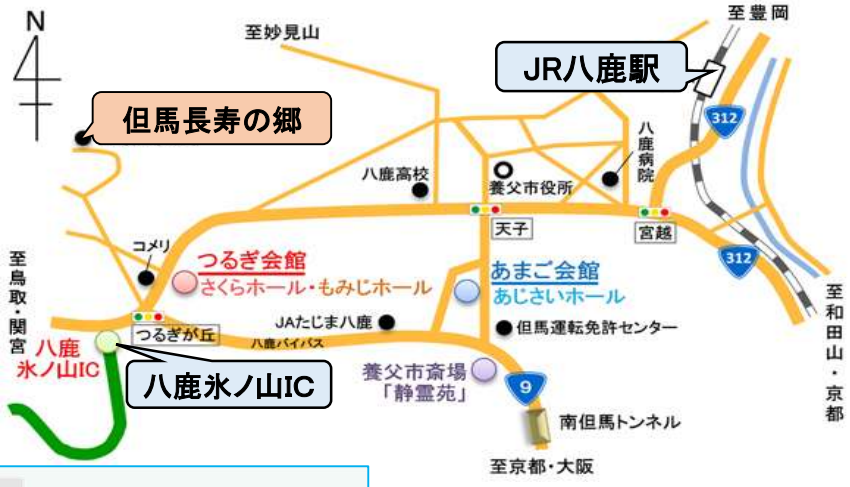
※　グループでお申し込みの場合も、参加者様全員の氏名・ご連絡先をご記入いただきますよう宜しくお願いいたします。

所属（団体名）	ふりがな 氏　　名	日中連絡のつく電話番号	いずれかに〇をつけて下さい	メールアドレス (お持ちの方はご記入ください)
			但馬会議参画団体会員 健康づくり推進員	
			但馬会議参画団体会員 健康づくり推進員	
			但馬会議参画団体会員 健康づくり推進員	
			但馬会議参画団体会員 健康づくり推進員	

会　場

●JR山陰本線八鹿駅よりバスで15分
（全但バス「但馬長寿の郷」行き）

●北近畿豊岡道氷ノ山ICから車で5分



但馬長寿の郷内

