

健康長寿を目指す やさしい医学概論

健康診断の結果や薬の飲み方、認知症の予防等、
長寿の基礎となる考え方をわかりやすくお伝えします。

2023年

6月25日(日)

13:30~15:00

講師：K14-007
山地 正記



- 場 所：千葉市生涯学習センター
2階 調査・資料室
- 対 象：市民
- 定 員：10人（先着順）
- 参加費：300円（テキスト代）

■申込方法

チラシの裏面に必要事項をご記入のうえ、1階生涯学習広場に直接、
または電話（043-207-5815）にてお申し込みください。

①「健康長寿を目指すやさしい医学概論」参加申込書

②氏名(ふりがな)

③電話番号

①講座名 ②氏名 ③電話番号をご記入
のうえ、直接申込は、1階生涯学習広場の
窓口へ、電話申込は、043-207-5815
(受付時間9:00~17:00)

※先着順で定員になり次第締め切ります。

【問合せ】

千葉市生涯学習センター学習支援グループ
TEL:043-207-5815



■講師紹介

K14-007
山地 正記

東京大学医学部保健学科卒業
健康運動指導士

専門分野は健康教育・保健社会学(病気治療を行う医師ではない)。千葉市で三人息子の子育てを行い、町内会役員等を体験。会社員の傍ら10年前から本来の専門分野に戻って、健康づくりに関するボランティア活動を開始。フレイル提唱された東大名誉教授のお医者様からも健康運動の実践指導者と認められ協働の機会を得ている。ギター、リズムを使った楽しい健康体操教室を数多く開催。今回は、長寿に向けて基礎になる考え方をわかりやすくお伝えします。

健康長寿を目指す やさしい医学概論

健康診断の結果や薬の飲み方、認知症の予防等、
長寿の基礎となる考え方をわかりやすくお伝えします。

2023年

6月25日(日)

13:30~15:00

講師：K14-007
山地 正記



- 場 所：千葉市生涯学習センター
2階 調査・資料室
- 対 象：市民
- 定 員：10人（先着順）
- 参加費：300円（テキスト代）

■申込方法

チラシの裏面に必要事項をご記入のうえ、1階生涯学習広場に直接、
または電話（043-207-5815）にてお申し込みください。

①「健康長寿を目指すやさしい医学概論」参加申込書

②氏名(ふりがな)

③電話番号

①講座名 ②氏名 ③電話番号をご記入
のうえ、直接申込は、1階生涯学習広場の
窓口へ、電話申込は、043-207-5815
(受付時間9:00~17:00)

※先着順で定員になり次第締め切ります。

【問合せ】

千葉市生涯学習センター学習支援グループ
TEL:043-207-5815



■講師紹介

K14-007
山地 正記

東京大学医学部保健学科卒業
健康運動指導士

専門分野は健康教育・保健社会学(病気治療を行う医師ではない)。千葉市で三人息子の子育てを行い、町内会役員等を体験。会社員の傍ら10年前から本来の専門分野に戻って、健康づくりに関するボランティア活動を開始。フレイル提唱された東大名誉教授のお医者様からも健康運動の実践指導者と認められ協働の機会を得ている。ギター、リズムを使った楽しい健康体操教室を数多く開催。今回は、長寿に向けて基礎になる考え方をわかりやすくお伝えします。