



# 蕨市・東京医科大学 包括連携協定事業 市民健康公開講座



## ～活発に体を動かすと、 どうして健康になれるのでしょうか～

### 内 容

講師

東京医科大学健康増進スポーツ医学分野

**濱岡 隆文 主任教授**

肥満や血管系疾患などの予防法を研究  
「ナットウキナーゼ」を研究



- ・「楽な生活、体を動かさない生活」の未来は？
- ・慢性疾患、がんの発症と運動不足に明らかな関連！
- ・最新の研究成果に基づく効果的な運動方法は？など

定員

120名

### 開催日時

■日時 令和7年 **1月18日** (土) 午後1時30分～午後3時

■会場 蕨市立文化ホールくるる 3階 多目的ホール  
(埼玉県蕨市中央1-23-8) ※ 公共交通機関の利用にご協力ください。

■対象 蕨市にお住まいの方 ■費用 無料

### 申 込

電子申請はこちら👉



■期間 令和7年1月10日(金)まで

■方法 蕨市保健センターへ電話、ファックス、電子申請

(氏名、生年月日、住所、連絡先を明記の上お申し込みください。)

### 申込・お問い合わせ

蕨市保健センター

TEL: 048-431-5590 FAX: 048-431-5598

❀ **お花のプレゼントあります** ❀

