

北九州市

健康づくりは未来への投資

健康づくり講演会

無料

何が健康によいか分かっているだけでも、実践することはむずかしいものです。
アドバイザーボードのお二人から実践のコツを学び健康寿命を延ばしましょう！（3回シリーズ）

講師紹介



パブリックヘルスストラテジスト
公衆衛生学者
Down to Earth 株式会社代表取締役
慶應義塾大学特任准教授

林 英恵 (はやし はなえ) 氏

健康法を知っているだけでは健康にはなれません。健康法は実践してはじめて役に立ちます。無理なくできる健康習慣の身につけ方を、最新の科学に基づいてお伝えします。

2023年 **7/17** 月 13:30～15:00

健康づくり講演会・トークセッション

講師：林 英恵 (はやし はなえ) 氏

場所：北九州国際会議場メインホール 北九州市小倉北区浅野 3 丁目 9-30

演題：「健康になる技術
～これならできる！エビデンスに基づく健康習慣の作り方～」

申込開始：7月3日月～（先着順）

北九州市保健福祉局健康推進課

〒803-8501 北九州市小倉北区城内1番1号

TEL 093-582-2018

FAX 093-582-4997