

令和8年度

健康講演会



テーマ

生涯元気で過ごすための秘訣

～生活習慣病(糖尿病・メタボ・高血圧)の予防と今後の健康管理～

- 平均寿命と健康寿命
- 生活習慣病とは(糖尿病・メタボ・高血圧)
- 望診で健康の「見える化」(舌診)
- 食での身体づくり
- その場でできる運動・ストレッチ

人生100年時代を迎える中、いつまでも自分らしく健康で元気に過ごすためには、日頃からの「予防医学」と「適切な健康管理」が欠かせません。本講演では、フリーキャスターであり健康管理士・漢方養生指導士としても活躍の和田奈美佳氏をお招きし、生活習慣病予防の基本から、東洋医学に基づく舌診(望診)による体調チェック、毎日の食習慣、さらにその場で実践できるストレッチまで、分かりやすく解説していただきます。ぜひこの機会にご参加ください。

講師

和田 奈美佳(わだ なみか)氏

スポーツキャスター
健康管理士指定講師／漢方養生指導士
城西国際大学メディア学部講師

プロフィール：東京音楽大学音楽学部声楽専攻卒業、同修士課程独唱コース修了。特定非営利活動法人日本成人病予防協会認定健康管理士資格取得。その後、実力を評価され指定講師となる。2018年、城西国際大学メディア学部で非常勤講師として勤務開始。2019年、漢方養生指導士を取得。現在はフリーキャスターとして活動しており、テレビやラジオなどで健康に関する情報を発信している。また、健康管理士や漢方養生指導士の資格を活かした企業講演やセミナー活動も積極的に行っている。専門は予防医学と東洋医学による体質改善。



日時

令和8年10月20日(火) 午後3時30分～5時

会場

神田法人会 2階セミナールーム(東京都千代田区神田錦町3-13)

会費

無料

定員

50名様

申込期日

10月13日(火)まで *期日前でも定員になり次第締め切りとさせていただきます

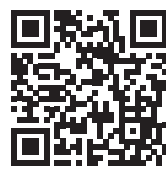
申込方法

神田法人会HPより事前申込制になります

HPからのお申込みが難しい場合のみ、

下記の参加申込用紙にてFAXでお申込みください

お申込みはこちらからでもできます!▶



step 1

神田法人会HP 事業・研修の
ご案内の予定一覧を確認

step 2

一覧の中にある
「健康講演会」を選択

step 3

案内ページ下部のお申込フォームより
必要事項を入力しお申込

step 4

自動返信のメールが届けば
お申込完了となります

FAXでのお申込みはこちら

FAX. 03-3294-2500

公益社団法人 神田法人会「健康講演会」参加申込書

法人名			
TEL		FAX	
参加者ご芳名(全員フルネームでご記入ください)			