

さいたま寺子屋サロン

坂道は健康増進に効果がある？

～所沢市の事例から～



話し手: 平塚 今朝人さん
(所沢市山口在住)



■日 時 6月29日(土) 午後2時～4時

■場 所 新所沢コミュニティセンター 所沢市緑町3丁目16-7
(西武新宿線「新所沢」駅西口 徒歩10分)

■参加費 500円 (お茶と資料代)

*準備の都合上、事前に申し込みをお願いします。

大人の学校の「さいたま寺子屋サロン」は、話し手がそれぞれの人生の経験や興味と関心、培ってきたもの、伝えたいことなどを話し、参加者といっしょに自由に語り合う開かれた場です。

今回は、「坂道と健康」がテーマ。千葉大学医学部附属病院の「地域療養設計管理者養成プログラム」で1年間学んだ平塚さんが、修了研究として地元所沢の地区ごとのデータを調べ、分析した結果を報告します。報告を元に、坂道の多い地域に住んでいると健康にどんな影響があるのか、みんなで考えます。もしかして健康で長生きできるヒントが見つかるかもしれません。お気軽にご参加ください。

NPO 大人の学校

〒336-0021 さいたま市南区别所 5-1-11 生活クラブ生協内

TEL/FAX 048-866-9466 メール otonano-gakkou@cure.ocn.ne.jp