

ギャグ満載!

ガッテン流!



知れば変わる! 変えられる!

健康の^{ヒケツ}秘訣!



~こんなにラクに健康になっちゃっていいの!~



【講師】北折 一 氏 (きたおりはじめ)

元NHK科学・環境番組部専任ディレクター/「ためしてガッテン」演出担当デスク

1987 名古屋大学文学部(社会学専攻)卒、NHK入局。

1995~ 「ためしてガッテン」の立ち上げに参加、以来「NHKスペシャル」1本を除き、丸18年間一貫してガッテンの制作にあたる。単一番組を担当し続けた記録は、NHK総合テレビ歴代トップ(たぶん)。

2013 NHK制作局の方針変更で失望し10月末日でNHKを退職(辞めてよかった!)。現在は、おもに健康教育の分野で講演・執筆活動を行う。

日時

2023年 9月20日(水)

13:30~16:00 (開場 12:50)

会場

長岡市立劇場大ホール

入場無料。(裏面下の入場券が必要です。)
氏名・町名の記入をお願いいたします。

入場
無料

※駐車台数が限られております。できるだけ公共交通機関をご利用ください。



13:35~ 理事長講話

「健康寿命とは」

ながおか医療生活協同組合 理事長(医師)羽賀正人

(理事長講話終了後、14:10より北折一さんの講演となります。)



BOOK

お楽しみ抽選会! 講師 北折一さんの著書を抽選で10名にプレゼント!

主催 ながおか医療生活協同組合文化講演会実行委員会 ☎0258-30-1161

後援 長岡市/新潟日報社/生活協同組合コープデリにいがた/長岡市社会福祉協議会

ガッテン流！知れば変わる！変えられる！

フレイルなんてぶっ飛ばせ！

健康の秘訣！

～こんなにラクに健康になっちゃっているの!?～



プログラム ●開場 (12:50) ~

13:30 開演 開会挨拶

13:35 羽賀理事長 講話
【演題】「健康寿命とは」



14:10 北折 一氏 講演

【演題】ガッテン流！知れば変わる！変えられる！健康の秘訣！



15:50 お楽しみ抽選会 抽選発表

16:00 閉会

i information

0円!

無料健康チェックいかがですか

12:30 から無料健康チェックを行います。
ご希望の方はロビー健康チェックブースまで
お越しください。

測定項目

- ・血圧・体脂肪率
- ・握力・足指力



フードバンクにご協力お願いします

会場に回収BOXを設置します。ご家庭で使いきれない食品の寄付にご協力をお願いします。

- 未開封で賞味期限が1か月以上残っているもの。
- 常温保存可能なもの。
- 募金も受け付けています。

受付できないもの

冷蔵・冷凍食品、賞味期限切れ、賞味期限の記載のないもの



主催 **ながおか医療生活協同組合文化講演会実行委員会** ☎0258-30-1161

後援 **長岡市/新潟日報社/生活協同組合コープデリにいがた/長岡市社会福祉協議会**

キリトリ



キリトリ

入場券

1枚で4名まで入場可。入場者全員の氏名・住所を記入し当日ご持参ください。記名者が全員揃ってから入場受付をお願いします。

(コピー可)

| | |
|---------------|--------------|
| (ふりがな) ①氏名 | (町名まで) 住所 |
| (ふりがな) ②氏名 | (町名まで) 住所 |
| (ふりがな) ③氏名 | (町名まで) 住所 |
| (ふりがな) ④氏名 | (町名まで) 住所 |

おたのしみ抽選会 参加券

抽選は1名のみ参加いただけます。

(ふりがな)

氏名

住所 (町名まで)