

徳島県メディカルフィットネス推進プロジェクト

健康づくりのための運動・スポーツ啓発フォーラム

本プロジェクトの成果（課題）を総合型地域スポーツクラブをはじめとした各種地域スポーツ関係者等に広く情報発信するとともに、超高齢社会に対応した健康づくり方策について考えます。

基調講演 「運動の習慣化と食習慣の適正化で健康長寿 ～百寿者を目指そう！スマートな生き方、老い方～」

講師：日本メディカルフィットネス研究会 会長
筑波大学体育系・大学院人間総合科学研究科教授
田中 喜代次 先生

話題提供 「徳島県メディカルフィットネス推進プロジェクト」の取り組み

提供者：徳島大学大学院ソシオ・アーツ・アンド・サイエンス研究部准教授

行 實 鉄 平 先生

事例発表：NPO法人うだつコミュニティスポーツクラブ 佐藤 和子 氏
NPO法人みなと小松島スポーツクラブ 西村 登美代 氏
海陽愛♥あいクラブ 轟 真美 氏

メディカルフィットネスとは

医療分野と運動分野が連携して生活習慣病の予防・改善、健康維持・増進を目的とした運動プログラムを提供するシステムです。

■ 日 時：平成27年 **2月21日** **土** 13:00～16:00
(受付は12:30～)

■ 場 所：徳島大学総合科学部 けやきホール
(徳島市南常三島町2-1)

※ お車で越しの方は、バス停（市営バス徳島大学南）付近の工学部駐車場（無料）をご利用できますが、駐車スペースに限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

■ 申込み：平成27年2月16日(月)までに、「参加申込書」を郵送、ファクシミリ、メールのいずれかにて申込みしてください。

■ 参加費：無料(定員100名程度)

■ 対 象：どなたでも参加できます。

【申込先】〒770-8570

徳島市万代町1丁目1番地 徳島県民スポーツ課

電 話：088-621-2113

FAX：088-621-2819

E-mail：kenminsportska@pref.tokushima.lg.jp

■ 主 催：徳島県、徳島県スポーツ推進委員連絡協議会
徳島大学総合科学部スポーツ健康増進ラボラトリー

スケジュール

12:30	受付
13:00	開会行事
13:10	基調講演
14:40	休憩
14:50	話題提供
16:00	閉会行事

田中喜代次先生のご紹介

筑波大学体育系教授。人間総合科学研究科スポーツ医学専攻。教育学博士。



日本体育協会スポーツ医・科学専門委員会委員。日本体力医学会、日本健康支援学会、日本運動生理学会などの理事も務める。生活習慣病予防事業「スマートダイエット」は、全国で大好評を博している。