

令和8年度第一回

心とからだの健康講座

ご案内

参加費

無料

定員100名

日時

令和8年7月17日(金)

14:00~15:50(13:30開場)

会場

広島県立ふくやま産業交流館(ビッグ・ローズ)

福山市御幸町上岩成476-5

開会のご挨拶 14:00~14:10

講演会 14:10~15:40

動いて防ごうメタボ・ロコモ・認知症

講師：川崎医療福祉大学

健康体育学科 教授

脇本 敏裕 先生

中国労働衛生協会からのお知らせ 15:40~15:50

◎「最近、体を動かす機会が減っていませんか？」

運動不足が続くと、メタボ・ロコモ・認知症のリスクが高まります。

本講演では、運動が健康にどのように役立つのかをわかりやすく解説し、運動の基本からフレイル予防や転倒対策まで実践的にお伝えします。

要事前申込み お申込み方法は裏面をご覧ください。

■主催 公益財団法人中国労働衛生協会 福山市引野町5-14-2 TEL:084-941-8237 FAX:084-941-8219

■協賛 広島産業保健総合支援センター ■後援 福山市 全国健康保険協会広島支部

お申込み 事前申込制

お申込みは 予約専用フォームまたは **FAX** または **お電話**

FAX : 084-941-8219

電話 : 084-941-8237

お問い合わせ先 〒721-0942 福山市引野町5-14-2

公益財団法人中国労働衛生協会 事業課 TEL 084-941-8237



こちらのQRコードから
お申込みいただけます

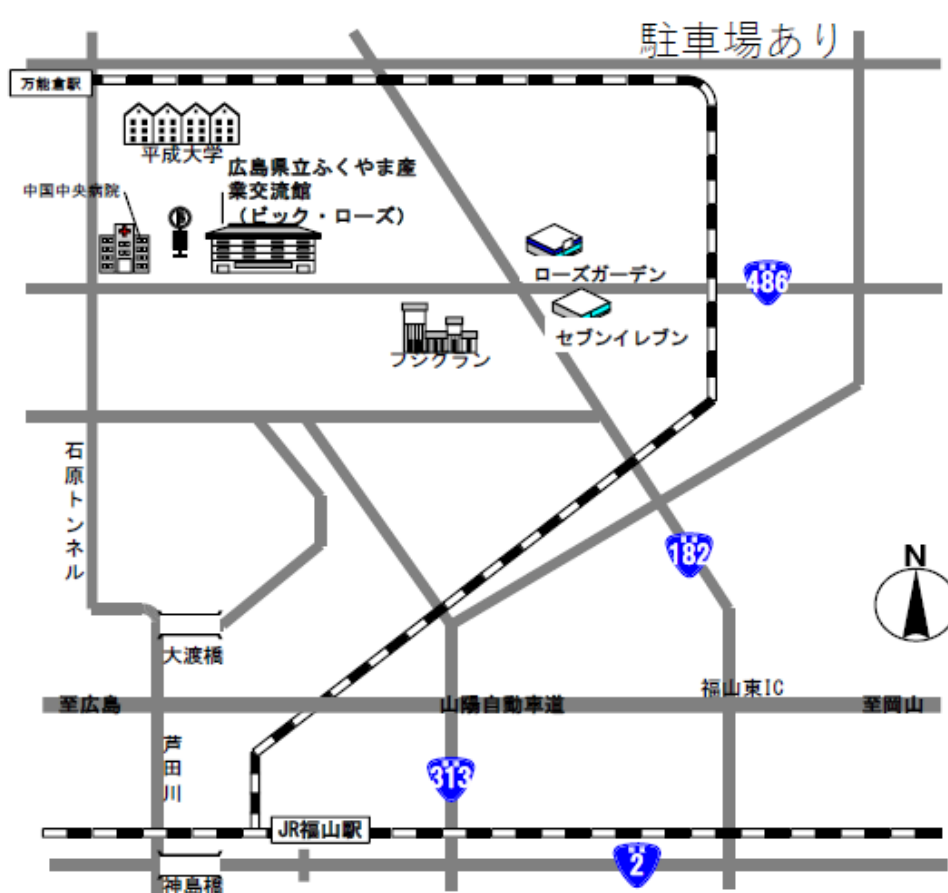
参加申込書 (令和8年7月17日・心とからだの健康講座)

お名前	ふりがな	TEL	
ご住所	〒 -	事業場名	
		事業場に所属の方は ご記入ください	
お名前	ふりがな	TEL	
ご住所	〒 -	事業場名	
		事業場に所属の方は ご記入ください	
お名前	ふりがな	TEL	
ご住所	〒 -	事業場名	
		事業場に所属の方は ご記入ください	

※お預かりした個人情報は、心とからだの健康講座開催の目的以外では使用しません

会場のご案内

広島県立ふくやま産業交流館 (ビッグ・ローズ)



☆所在地 福山市御幸町上岩成476-5

TEL 084-970-2111

☆アクセス

福山駅から約10km タクシー 約20分

バス 約30分

☆バス時刻表 (2026年4月1日現在)

【行き】

福山駅発 11:20

福山駅①番乗り場 「ビッグ・ローズ前下車」

【帰り】

ビッグ・ローズ前 17:30

～新型コロナウイルス感染症予防対策を行ったうえで開催します～

※発熱や咳等の症状がある場合は参加をご遠慮ください。

※マスクの着用をお願いいたします。

公益財団法人中国労働衛生協会

福山市引野町 5-14-2
TEL 084-941-8237

