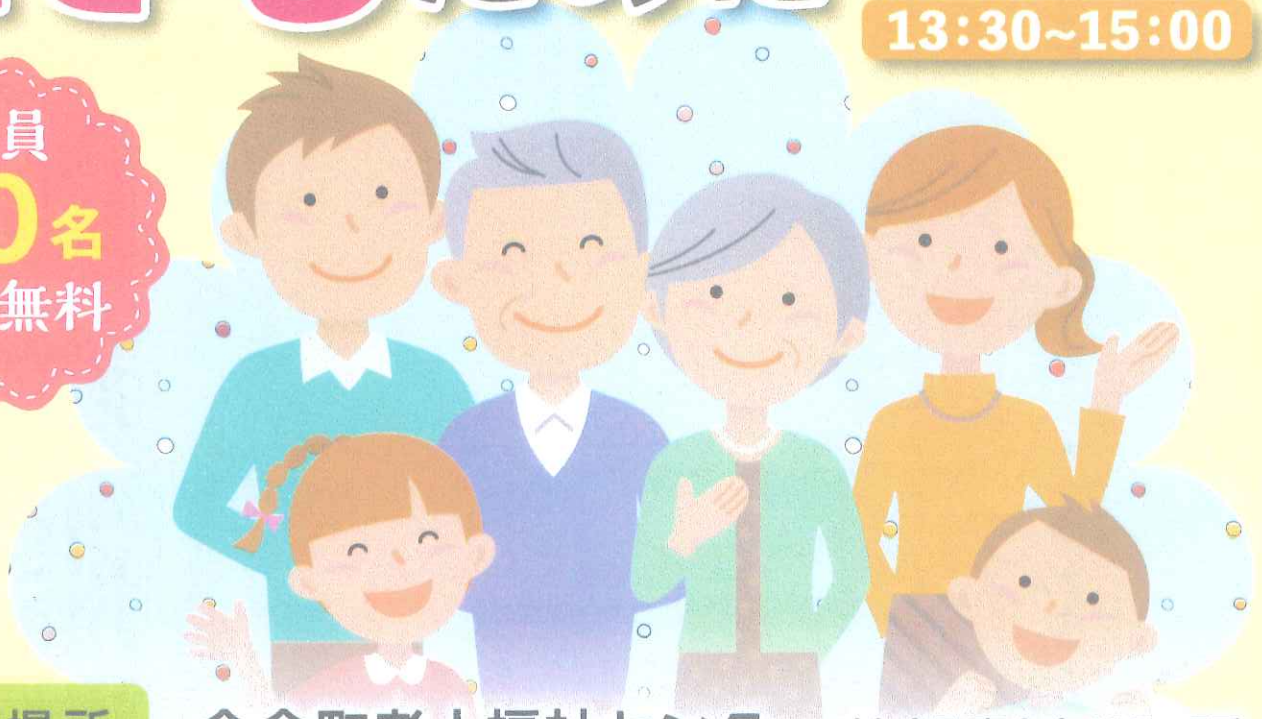

放送大学　**公開講演会**　The Open University of Japan

活き活きと生きるために

2018年
2/2（金）
13:30~15:00

回覧

定員30名
参加無料

開催場所　今金町老人福祉センター（今金町字今金435−57）

講　師

志渡 晃一 氏
・放送大学 北海道学習センター客員教授
・北海道医療大学 大学院教授

長い間にわたって積み重ねられる日常生活習慣の中に病気の原因や健康の秘訣が隠されていることがこれまでの予防医学的研究で指摘されています。予防医学では、病気の予防を下記の三段階に分けて考えています。

一次予防	二次予防	三次予防
病気の発症の未然防止	病気の早期発見 早期治療	病気の重症化の予防 リハビリテーション

本公演では、特に一次予防に焦点を当てて、たばこ、お酒、食生活などの基本的な生活習慣と健康について概説し、さらに、性格・人間関係（ソーシャルキャピタル）にまで踏み込んで概観します。

ただ単に生きるのではなくより良く生きる、活き活きと生きるためには何が必要か。そのヒントを皆さんとともに探っていきたいと思います。

主催　放送大学北海道学習センター　**共催**　今金町社会教育委員会　**後援**　今金町教育委員会

お申込み
お問合せ

放送大学北海道学習センター
札幌市北区北17条西8丁目（北海道大学構内）
TEL：011-736-6318

今金町教育委員会
今金町字今金48-1 今金町役場3階
TEL：0137-82-3488