


# 講演会によるポピュレーションアプローチ

「おもいっきりテレビ」や「ためしてガッテン」でお馴染み、  
久野先生の

## 「メタボリックシンドロームは こう予防する！」

日時 平成 18 年 8 月 20 日 (日)  
開場 13:00~  
開演 13:30 (終了15:00頃)  
会場 白子町青少年センター ホール  
講師 久野 譜也 先生



筑波大学大学院人間総合科学研究科スポーツ医学専攻 助教授  
株式会社 つくばウエルネスリサーチ代表取締役社長

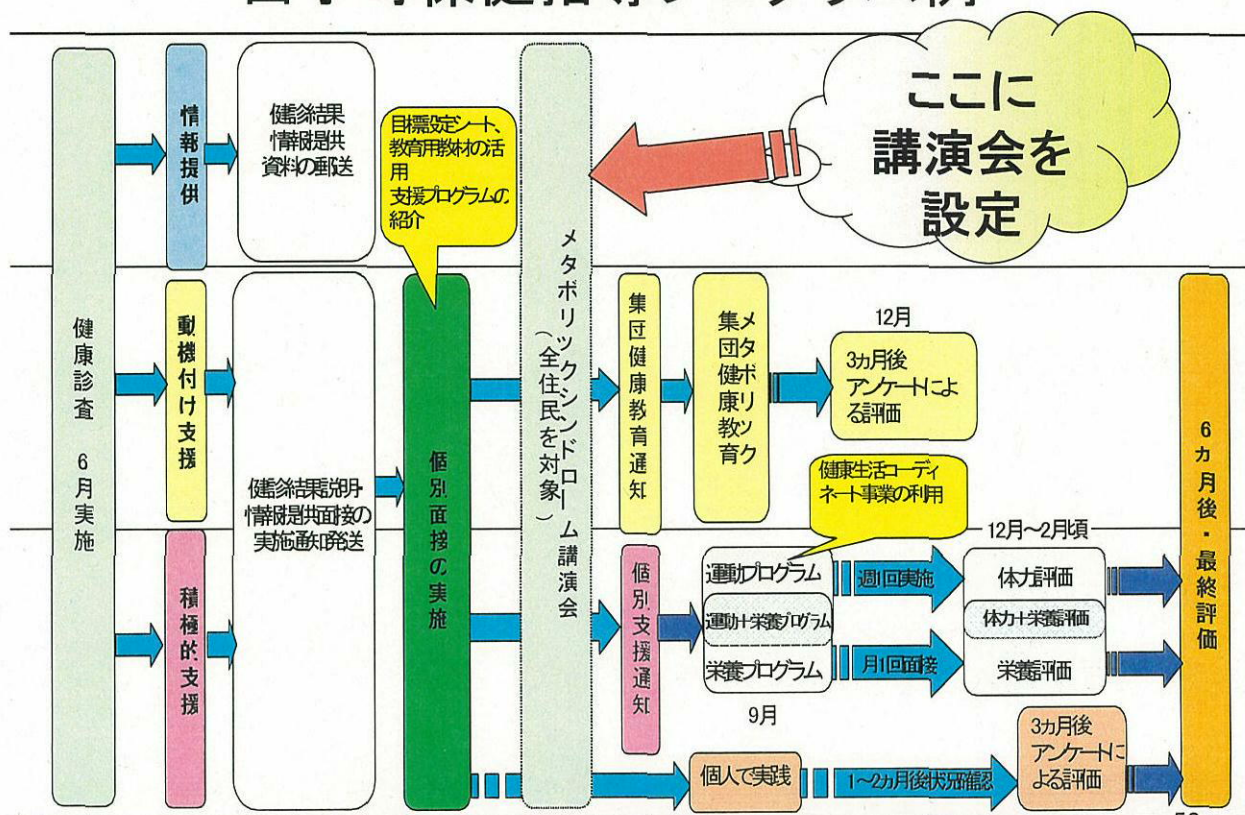
最近、テレビや新聞で耳にすることが多くなった「メタボリックシンドローム」、  
糖尿病や心筋梗塞、脳卒中との関係が注目されています。

今回、スポーツ医学の専門家で、テレビなどでもご活躍中の久野譜也先生を  
お招きし、「メタボリックシンドロームとは?」「予防するにはどうしたらいい  
の?」といったお話を分かりやすくご講演いただきます。

お話の中に、いつまでも健康で仕事や趣味を続けられるヒントがあります。こ  
の機会をお見逃しなくぜひ皆様もぜひ合わせてのようご参加ください。

55

## 白子町保健指導プログラム例



56