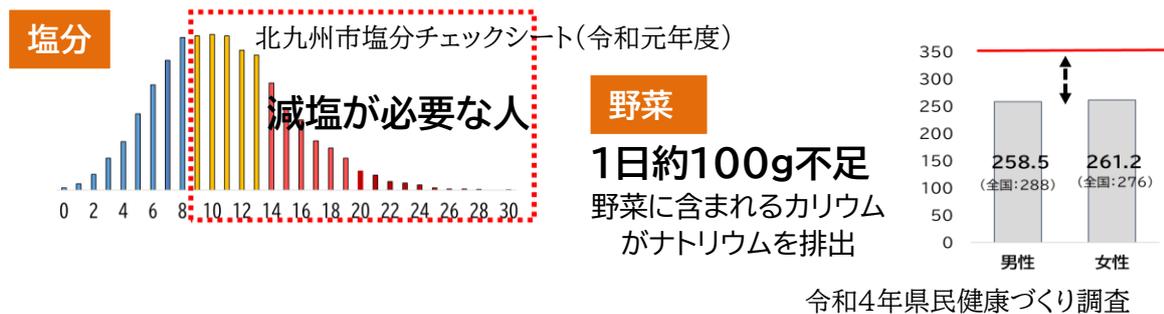


報道機関各位

「北九州市健康づくり講演会 ～健康づくりは未来への投資～」の開催について

北九州市の健康課題を踏まえた生活習慣の改善に向け、健康に関する知識を伝達するだけでなく、多様な生活スタイルの中で、市民一人ひとりが自分の健康をコントロールできることを目指し、実践のコツを学び健康寿命を延ばすことを目的に講演会を開催します。

■北九州市民の食生活の現状



■概要

日時:令和5年7月17日(月・祝)13:30～15:00

場所:北九州国際会議場 メインホール (小倉北区浅野3丁目9-30)

内容:講演会および市長とのトークセッション

■講演会

講師:パブリックヘルスストラテジスト・公衆衛生学者

Down to Earth株式会社 代表取締役

慶応義塾大学特任准教授

林 英恵(はやし はなえ)

人がより健康で幸せに生きるための方法について研究・実践するために、ハーバード大学の公衆衛生大学院で、パブリックヘルスを学ぶ。

一人でも多くの人を与えられた寿命を幸せに全うできる社会を作ることの使命とし、「食事」「行動」「習慣」などに関して、最先端のエビデンスで分かった科学的に正しい「健康になる技術」を伝えている。

演題:健康になる技術～これならできる！エビデンスに基づく健康習慣の作り方～

内容:無理なくできる健康習慣の身につけ方を最新の科学に基づいてお伝えします。

■トークセッション

テーマ:食生活や生活習慣の実態を知り、北九州市における健康課題について考える。

登壇者:武内市長、講演会講師、市民代表(3名)

【問い合わせ】

保健福祉局健康推進課

担当:荒牧、上野

電話:093-582-2018