

健康講演会

『健康寿命延伸のための生活習慣』

「どんな食事がいいの?」「お酒はどれくらいが適量?」など日本人にとっての
ちょうどいい生活習慣ってご存じですか?

多目的コホート研究とは、1990年に始まった健康調査で「どんな暮らしが病気の
予防につながるのか」を明らかにするものです。全国規模で長期間にわたり行われ、
新上五島町でも10,625名の町民の皆さまにご協力いただきました。

今回の講演では、この研究から分かった“がんの予防法”についてご紹介します。
毎日の生活に取り入れられるコツを学んで、健康寿命を延ばすきっかけにしませんか?

日 時

令和7年12月20日(土)

13:30~15:00(受付13:00~)

場 所

新上五島町石油備蓄記念会館 2階 大会議室

講 師

国立がん研究センター 澤田 典絵 先生

参加費

無料(事前申込不要)

- ・新上五島町健康マイレージ対象事業
- ・参加者には、歩こーで!ポイント(ながさき健康づくりアプリ)
も付与されます。

プレゼントも
準備しています!

主 催

国立がん研究センター コホート研究部

共 催

新上五島町、長崎県上五島保健所

急遽中止となる場合は防災無線で連絡いたします。

◆お問い合わせは 上五島保健所 企画保健課

TEL: 0959-42-1121

