



対面式 県民公開講座

この講座は、A・O・Z(アオウゼ)の協力のもと、福島県「県民健康調査」の成果や知見等について分かりやすくお伝えし、県民の健康の現状などに関する理解を促進するほか、健康問題への対策として、健康増進に直接役立つ予防策などの知見を還元することにより、県民の健康の維持・増進につなげることを目的としています。



第1回 糖尿病を知る、糖尿病と生きる

糖尿病を正しく知り、糖尿病にならないコツ、上手につきあうコツを紹介します。

日時 2024年 **11/22** **金** 13:00-14:00 定員 48名(予約先着順)

講師 しまぶくろ みちお 福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター
島袋 充生 先生 健康調査基本部門長

場所 アオウゼ視聴覚室 申込期間 10/21(月)~11/20(水)



第2回 笑う門には福来る ～健康寿命を伸ばす「笑い」の効果～

笑いの効果と、笑いを活用した健康維持管理方法を紹介します。

日時 2025年 **1/9** **木** 14:00-15:30 定員 100名(予約先着順)

講師 おおひら てつや 福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター
大平 哲也 先生 健康調査支援部門長

場所 アオウゼ多目的ホール 申込期間 12/21(土)~1/7(火)



お申し込み
お問い合わせ

福島市アクティブシニアセンター・アオウゼ

受付時間 9:00-19:00[年末年始を除く]

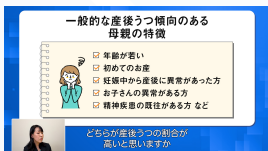
☎ 024-533-2344

オンライン式

今までの「県民公開講座」にて配信中!



- 第1回 甲状腺検査ってなに?
- 第2回 健康寿命を伸ばす「笑い」の効果
- 第3回 今日から始める生活習慣病予防
- 第4回 放射線と被ばくを正しく知る
- 第5回 福島で子どもを産み育てる方々へ
- 第6回 災害時のメンタルヘルス



福島県立医科大学
放射線医学県民健康管理センター
公式YouTubeアカウント

