

健康寿命 を のばそう



日時

令和 3 年 9 月 26 日 (日)
10:00~11:00 受講無料・要事前申込

会場

ドリームシップ (下関市生涯学習プラザ)
2 階 小ホール

講師

山下 智省 氏 (下関医療センター 院長)

定員

定員:30名(どなたでも参加可能)

申込

申込期間:令和3年8月1日~(定員に達し次第締切)
申込方法:窓口・FAX・Eメール

※FAX・Eメールの場合は、講座名・氏名・年齢・電話番号を記入の上、お申し込みください。

健康寿命って?

健康寿命とは、健康上の問題で日常生活を制限なく送ることができる期間の平均を言います。日本人の平均寿命は、女性87.14歳、男性80.98歳に対し、健康寿命は、女性74.79歳、男性72.14歳です。(いずれも2016年データ)

これからは、長くなる寿命に対してどれだけ長く健康で過ごせるか、平均寿命と健康寿命との差を縮められるかが大切となっています。

新型コロナウイルス感染症防止対策を徹底した上で講演を行います。
検温、消毒、マスクの着用、3密回避など、ご協力をお願いします。

<お問い合わせ>

ドリームシップ
(下関市生涯学習プラザ)事業係
〒750-0016 下関市細江町3-1-1
TEL:083-231-1234
FAX:083-242-6234
Eメール:jigyous@s-dreamship.jp