

令和6年度 文化講演会

いつまでも いきいき元気に! 健康寿命を延ばす 簡単筋トレ法



講師 ● 谷本道哉 氏

(順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科教授)

日時 ● 令和6年
12月5日(木曜日)
午後 2:00～3:30

会場 ● 美濃市健康文化
交流センター
多目的ホール
美濃市常盤町2423番地1

主催 ● 一般社団法人中濃法人会

● 講師略歴 ●●●●●●●●●●

- 1996年 大阪大学工学部卒業
- 1996年 パシフィックコンサルタンツ株式会社入社
- 2006年 東京大学大学院総合文化研究科博士課程修了博士(学術)
- 2006年～2010年 国立健康栄養研究所・順天堂大学スポーツ医科学研究所
- 2010年～2022年 近畿大学生物理工学部 講師・准教授
- 2022年～現在 順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科 先任准教授・教授
- 主な著書：スポーツ科学の教科書(岩波書店) 使える筋肉使えない筋肉(ナツメ社) など。
- 主な社会活動：日本ボディビル連盟 医科学委員 日本オリンピック委員会 医科学スタッフ 環境省ナッジユニット連絡会議 委員、ナッジアンバサダー NHK みんなで筋肉体操 / 筋肉アワー おはSPO 筋肉体操 / 超ラジオ体操 など。

 お問い合わせ ● 事務局 〒501-3803 関市西本郷通2-1-22 TEL 0575-24-2341

お申し込みは、こちらまで。 → FAX 0575-23-6070

令和6年度 文化講演会 申込書



HP
0575
2360
70
お申し込み
出ます

事業所名

参加者名

他 名

TEL

FAX

E-mail