

食生活の見直しで
伸ばそう！
家族の健康寿命！



糖尿病は
40代
から

メタボは
30代
から

心筋梗塞は
50代
から

2026

11.29(日) 10:30-15:30

親子参加大歓迎

応募締切 10.30(金)必着

※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。当選者の発表は「受講ハガキ」の発送をもってかえさせていただきます。

減塩 低カロリー プロジェクト

2026

抽選で
3名様

オムロン血圧計
プレゼント！

減塩商品のお土産付

浜松市医師会
Presents

イベント

A

10:30
|
12:30

静岡県臨床衛生検査技師会

推定塩分摂取量測定・
尿検査・血糖値・血圧測定
医師によるミニレクチャー

学校法人ミズモト学園
東海調理製菓専門学校

親子参加
大歓迎

楽しく美味しくカロリーオフ！
～低カロリー&低糖質
スイーツのご紹介～

カロリーや糖質を抑えることは生活習慣病
予防につながります。普段のおやつも健康的
に楽しみましょう。

イベント
A・Bには
弁当・
お茶付き

特別協賛
価格

500円(税込)



※写真はイメージです

イベント

C

第1部

13:15
|
14:15

第1部

演題「笑いとお心の健康」

(一社)落語協会所属 落語家真打ち

林家 久蔵 氏

「病は気から」という言葉があります。人は笑うことによって健康になるそうです。その検証に師匠初代林家木久蔵(当時)と一緒に参加しました。参加したのがなぜ木久蔵と久蔵だったのか？ 笑いとお心の研究の第一人者であった日本医科大学吉野横一先生の考えは何か？ 講演形式でお話しします。講演後の落語もお楽しみに。



第2部

14:30
|
15:30

第2部

次世代へつなぐ、食欲とカラダの科学
脳から考える、肥満症になりにくいライフスタイル

名古屋市立大学 大学院医学研究科 消化器・代謝内科学分野 准教授
(兼任)内分泌・糖尿病内科 部長
(兼任)肥満症治療センター 副センター長 田中 智洋 氏



わたしたちは毎日、何かを食べ、からだを動かして生活しています。同じように暮らしているように見えても、たくさん食べる人、あまり食べない人、太りやすい人、そうでない人、糖尿病や脂質異常症になりやすい人、なりにくい人がいます。その違いはどこから生まれるのでしょうか。近年の脳科学の進歩により、食欲や体重の調節のしくみや、肥満症になりにくいライフスタイルのヒントが少しずつ見えてきました。本講演では、そんな肥満症と食欲の医学を分かりやすく解説します。

浜松市ブース

「皮膚カロテノイド(ベジメータ®)測定」で
野菜摂取状況を知ろう！

カロテノイドは緑黄色野菜に多く含まれ、活性酸素から体を守る働きがあります。この機会にカロテノイドを測定して食生活を振り返りましょう。



浜松市公式ヘルスケアアプリ
「はままつ健幸クラブ」特設ブース

ウォーキングなどでポイントが貯まり、貯めたポイントで浜松市の特産品などが当たる抽選に参加できるアプリです。イベント当日にアプリを新規ダウンロードした方には、素敵な景品をプレゼントいたします。



7階展示

中学生救急、減塩・禁煙・ロコモポスターコンクール展 入賞作品展示
浜松市医師会の活動 救急、がん検診、在宅医療などの紹介コーナー

お申し込みの詳細は裏面をご覧ください。

会場 浜松市医師会館 浜松市中央区
伝馬町311-2



- JR浜松駅北口より徒歩10分
- 遠州鉄道 新浜松駅より徒歩9分
- 遠州鉄道「伝馬町」バス停より徒歩3分
- 遠州鉄道「教育文化会館」バス停より徒歩3分

お車で越えの方は
近隣の有料駐車場を
ご利用ください。

内容に関するお問い合わせ

053-452-0424 浜松市医師会
受付時間(平日)9:00~17:00

応募に関するお問い合わせ

053-452-0555 中日アド企画内
受付時間(平日)9:30~17:00

減塩・低カロリープロジェクト2026

参加のお申し込みは下記の3種類の中から選び、お申し込みください。

応募締切

10月30日(金)

1 FAXでお申し込み

■希望するイベント

希望するイベントA～Cの□にチェックをご記入ください。

※コースの複数選択はできません。またイベントA、イベントBそれぞれ単独の応募はできません。

①コース	☐	午前 イベントA	+	午後 イベントC	定員 60名
②コース	個人 ☐ 親子 ☐	午前 イベントB	+	午後 イベントC	定員 50名
③コース	☐	午後 イベントC			定員 110名

※②親子コース選択の方はお子様のお名前もご記入ください。
子の対象年齢は18才未満です。
※選択するイベントに間違いがないようにご注意ください。
※①コース、②コース選択の方はお弁当代を当日お支払いいただきます。
代金と引き換えにお弁当引換券をお渡しします。

※お申し込みはお一人様につき1枚(メールの場合は1回)とさせていただきます。複数の方のお申し込みの場合は用紙をコピーしてお使いください。
※後日、本イベントに関するアンケートを実施させていただきますので、ご協力を宜しくお願いいたします。

※「応募フォーム」にご記入いただいた個人情報は、参加受付ハガキ・アンケートの発送以外に使用いたしません。ご応募いただいたハガキ・FAX・メールは責任を持って管理いたします。

※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます

※当選者の発表は「受講ハガキ」の発送をもってかえさせていただきます。

※ご当選者への受講ハガキは、11月6日(金)発送予定です。

FAXで応募の場合、下記の必要事項をご記入の上、切り取らず、このままFAX送信してください。

必要事項			
フリガナ	年齢		
お名前	歳		
②コース お子様の お名前 年齢	歳	歳	歳
ご住所			
TEL			

※番号はおかけ間違いのないようご注意ください。

FAX:053-452-0681

2 フォームからお申し込み

フォームからのお申し込み
の方はこちらから



左記二次元コードを読み取り、申し込みフォームから
必要事項を入力していただきお申し込みください。
<https://adk-event.com/genenproject/>

3 ハガキでお申し込み

必要事項			
フリガナ	年齢		
お名前	歳		
②コース お子様の お名前 年齢	歳	歳	歳
ご住所			
TEL			

✂️
キリトリ線

- ①左記の「応募フォーム」にお名前等の必要事項を記入してください。
- ②キリトリセンで切り離し、ハガキ(裏)にしっかり貼り付けてください。
- ③〈宛先〉の住所部分をキリトリセンで切り離し、ハガキ(表)にしっかり貼って投函してください。

※郵便番号は別途ご記入ください。※切手が隠れないようにご注意ください。

宛先

85円
切手

4 3 0 0 9 2 9

✂️

浜松市中央区中央2-10-1

浜松青色会館5F(中日アド企画内)

「減塩・低カロリープロジェクト2026」
イベント事務局係

✂️
キリトリ線