

みんなで幸福な生き方 (Well Being) を考える!

参加費無料

一般財団法人

医療文化経済グローバル研究所

第5回

市民講座「養(よう)」

医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

Check!

2024年

11/30(土)
13:30-15:30

会場

兵庫県立但馬長寿の郷 郷ホール
(養父市八鹿町国木594-10)

挨拶とメッセージ 中尾 一和 代表理事兼研究所所長 (京都大学名誉教授)

— 医療文化経済グローバル研究所の提案する認知症プロジェクト —

ヘルスツーリズム

～地域の資源を活用して
自然と健康になるまちに～



高橋 伸佳 氏

芸術文化観光専門職大学 芸術文化・観光学部 准教授

アトラクション

■ ダンスパフォーマンス 心舞 -shinbu

(芸術文化観光専門職大学ダンス団体)

コンテンポラリーダンスを中心とした様々なダンスを踊り、観る人の心を舞い踊らせることを目指して活動。



栄養・食生活から考える
認知症予防

～健康長寿を目指して
できることから始めよう～



中山 玲子 氏

京都女子大学副学長 (学術研究) /
地域連携研究センター長 (名誉教授)

キ リ ト リ

第5回 市民講座「養(よう)」

お申し込み方法

※申込必要

申込みフォーム用

① 申込みフォームから

※ 右 QR コードを読み取りお送り下さい

<https://forms.gle/mTHfaPKAx3BUrCzVA>



② FAX から ※ 右記に必要事項をご記入の上お送りください

③ 市役所地域局又は本庁社会的処方推進課窓口へ提出

第5回 市民講座「養(よう)」お申し込み用紙

名前 (代表者)	参加人数 人
住所	
連絡先 日中連絡のつきやすい番号をご記入ください	所属

【主催】 一般財団法人 医療文化経済グローバル研究所 / 養父市

講話の内容と講師のご紹介

ヘルスツーリズム ～地域の資源を活用して自然と健康になるまちに～

講話 1

健康増進を目的とした新たな観光・旅行形態である「ヘルスツーリズム」が世界的に注目されるようになってきました。ヘルスツーリズムは、「健康・未病・病気の方、また老人・成人から子供まで全ての人々に対し、科学的根拠に基づく健康増進（EBH: Evidence Based Health）を理念に、旅をきっかけに健康増進・維持・回復・疾病予防に寄与するもの」（日本ヘルスツーリズム振興機構，2006）と定義されています。観光・旅行というと、どこか遠くに行くことをイメージされる方が多いかもしれませんが、地元の豊かな地域資源を活用した健康法としての重要性も指摘されています。養父市として取組む意義や市民の健康増進のためのヒントについて解説します。

高橋 伸佳 氏

講師

順天堂大学大学院スポーツ健康科学研究科博士後期課程単位取得満期退学、明治大学専門職大学院グローバル・ビジネス研究科修了。大手化粧品会社を経て、JTBグループに入社。一貫してヘルスケア領域における事業開発、経営企画畑を歩み、ヘルスツーリズム研究所、日本ヘルスツーリズム振興機構、ジャパンメディカル&ヘルスツーリズムセンターを立ち上げ事業運営に取り組んできた。2021年度から現職。現在は、日本ヘルスツーリズム振興機構業務執行担当理事、ヘルスツーリズム認証制度審査員、日本観光経営学会理事ほか、スポーツ庁「令和6年度 Sports in Life 公募モデル事業」審査員、地域総合整備事業財団「ふるさと再生アドバイザー会議」委員、養父市健康づくり推進協議会委員長などの公職も担当している。

栄養・食生活から考える認知症予防

～健康長寿を目指してできることから始めよう～

講話 2

2019年 WHO が公表した「認知症リスク低減のためのガイドライン」の推奨する対策 12 項目の中に、栄養的介入、体重管理、高血圧、糖尿病、脂質異常症の生活習慣病の管理など、栄養・食生活に関するものが多く挙げられています。今回は、適正体重・健康を維持するためのバランスの良い食事や認知症予防のための栄養・食生活について、具体的にお話しします。是非、健康長寿を目指して、今後の栄養・食生活に活かしていただきたいと思います。

中山 玲子 氏

講師

1978年3月、京都女子大学卒業。京都大学大学院農学研究科(修士課程、博士課程)修了後、関西医科大学に助手として勤務。1990年度から2019年度まで京都女子大学家政学部食物栄養学科の教員として、大学で教育研究に関わる。家政学部長、教務部長を歴任し、2021年度より現職。専門分野は、栄養学、健康科学。日本栄養改善学会評議員、日本栄養・食糧学会近畿支部参与、日本脂質栄養学会、日本食育学会など多数の学会の評議員等を務める。

法人のご案内



一般財団法人

医療文化経済グローバル研究所

Glocal Institute of Medicine, Culture and Economy

医療文化経済グローバル研究所 概念図

市民が幸福に暮らしていける持続可能な
地域共生社会の創造に向けて

医療 文化 経済

医療、文化芸術、地域社会、地域経済の専門家の参画

調査・研究・

提言・支援・

養父市まちづくりのニューノーマルの創出

健康加齢（ヘルシーエイジング）を促進し
幸福（ウェルビーイング）を享受

養父市（地方）から
全国・世界に発信

（一財）医療文化経済グローバル研究所は、医療、文化・芸術、経済分野の連携により、健康加齢を促進し、市民の幸福度の向上に向けた調査・研究・提言・支援等の取組を行い、市民が幸福に暮らしていける持続可能な地域共生社会の創造に寄与することを目的に市が設立した法人です。

当法人役員と市民の皆さんとが直接、交流できる機会をつくることを目的に、「健康」や「幸福」に関する市民講座「養（よう）」を市内各地で定期的開催していきます。

【主催・お問い合わせ】

〒667-0021 兵庫県養父市八鹿町八鹿 1685-2 やぶパートナーズ株式会社 2F

TEL / 079-660-7478 FAX / 079-660-1375 mail / info@mce.or.jp

※ お電話は繋がらない場合がございます。

ホームページはこちら

<https://mce.or.jp>

