

第21回 ケアネット尼崎主催  
市民フォーラム

# 薬に頼らず 食事と運動で 病気を治そう

特別講演



「上手に食べて、  
元気できれいに！  
—世界調査で  
分った秘訣」

講師 武庫川女子大学  
国際健康開発研究所 所長

やもりゆきお

家森幸男先生

日時

10月20日(土)

午後1時30分～4時

会場

尼崎商工会議所7階  
(阪神尼崎駅より徒歩3分)

定員

160名

申込要・入場無料

プログラム

1時30分～2時30分

特別講演「上手に食べて、元気できれいに！  
—世界調査で分った秘訣」

武庫川女子大学

国際健康開発研究所 所長 家森幸男先生

2時40分～3時

『薬の減らし方のコツ、教えます』

長尾クリニック 院長 長尾和宏

3時～3時20分

『運動療法で病気を治す！』

芦屋Rいだ内科クリニック 院長 飯田哲士先生

3時20分～4時

鼎談『健康長寿への王道とは』

家森幸男先生、飯田哲士先生、長尾和宏



申込方法

EメールまたはFAXで

- Eメール:[koho@nagaoclinic.or.jp](mailto:koho@nagaoclinic.or.jp) (お問合せもこちら)  
件名を「10月20日市民フォーラム参加希望」として、氏名(フリガナも)、  
参加人数、電話番号をご記入の上送信ください。
- FAX 下記の必要事項をご記入の上、送信ください(返信はいたしません)。

FAX申込用紙 06-6412-9396

フリガナ 氏名	参加人数	名
電話番号	FAX番号	