

参加
無料

令和8年度 健康ちば推進県民大会

250名(先着)
千葉県民及び
千葉県在勤在学者

目指そう! 元気ちばけん

睡眠で変わる、毎日のリフレッシュ習慣

令和8年11月14日(土) 12:00~16:00

場 所

千葉市生涯学習センター
2階ホール、ホワイエ

(住所:千葉市中央区弁天3丁目7番7号)

●モノレール千葉公園駅徒歩7分

●JR千葉駅千葉公園口徒歩8分

オンデマンド配信

(来場できない方向け)

YouTube千葉県公式セミナー
チャンネルにて期間・視聴者限定公開

配信期間

令和8年12月14日(月)~
12月28日(月)

内 容

講演会 13:00~15:30 (開場 12:30)

講演
1



「木久蔵流 笑いと健康」

講師 落語家 林家 木久蔵氏

講演
2



「健やかな暮らしと眠りの意外な関係」

講師 国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所
睡眠・覚醒障害研究部精神生理機能研究室・室長 吉池 卓也氏

●健康測定体験&展示 (開始 12:00)
※県協定企業・主催団体によるブースを出展します

申込
期間

●会 場 開 催 令和8年10月5日(月)~11月4日(水)
●オンデマンド配信 令和8年10月5日(月)~12月7日(月)

問合せ 千葉県健康福祉部健康づくり支援課健康ちば推進班
TEL 043-223-2661

主 催 千葉県・千葉県医師会・千葉県歯科医師会・千葉県薬剤師会・
千葉県看護協会・ちば県民保健予防財団・全国健康保険協会千葉支部

共 催 千葉県栄養士会

協 力 大塚製薬株式会社・株式会社千葉薬品・明治安田生命保険相互会社

申込方法:ちば電子申請サービス

会 場 開 催

オンデマンド配信

