

ちばに  
住んでいる  
だけで

# 自然に健康になれる 環境づくり

～体を動かすきっかけづくり～

日時及び開催方法

会場開催

令和6年 11/9(土)

午後1時30分～3時30分(受付開始 午後1時)

オンデマンド配信(来場できない方)

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6年12月7日～12月26日

**対象** 県内在住・在勤・在学の方 150名(先着順)

**場所** イオンモール幕張新都心 グランドモール 3階  
イオンホール(住所:千葉市美浜区豊砂1-1) JR京葉線 幕張豊砂駅直結

講演  
1

動ける自分を好きになる  
日常の動きをエクササイズ化して健康に!

講師:室伏 由佳 氏

2004年アテネオリンピック陸上競技女子ハンマー投日本代表

順天堂大学スポーツ健康科学部 先任准教授

※講演のなかで軽く体を動かします。体調にあわせて御無理のない範囲で御参加ください。



女性のための  
エクササイズ  
プログラム

講演  
2

自然に健康になれる環境づくり  
～地域における具体的取組の紹介～

講師:花里 真道 氏

千葉大学予防医学センター 健康都市・空間デザイン学分野 准教授

健康づくりの取組をしている企業等のブース出展

千葉県庁各課における取組の紹介ブース

特別ゲストとしてチーバくんが来場します

※来場者には、チーバくんグッズのプレゼントあります

申込  
締切り

会場開催:10月5日(土)～10月31日(木)必着

オンデマンド配信:10月12日(土)～11月16日(土)必着



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



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

〒260-8667 千葉市中央区市場町1-1

TEL:043-223-2660/FAX:043-225-0322

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

イオンモール幕張新都心・大塚製薬株式会社・株式会社千葉薬品・株式会社ロッテ