

令和3年度
第3回 ふくしま青少年育成セミナー

【笑ってストレス解消！生活習慣病予防】

人間特有の「笑い」を生物学的な見地や社会的な視野から捉え直し、「笑い」がもたらす様々な効用を知ることによって健康で安全な家族関係の構築に向けた実践意欲の向上を目指します。楽しく生活習慣病の予防やストレス解消法を学んでみませんか？

講師



福島県立医科大学医学部疫学講座 主任教授

大平 哲也 氏

【プロフィール】

福島県いわき市生まれ。福島県立医科大学医学部卒業。

【専門】

疫学・公衆衛生学・予防医学・内科学・心身医学。循環器疾患をはじめとする生活習慣病、認知症などの身体心理的リスクファクターの研究及び心理的健康と生活習慣との関連についても研究を行う。また、運動・音楽・笑い等を始めとする効果的なストレス解消法についての実践的研究を行っている。

テーマ

「大人・子どもを元気にする魔法の処方箋」
～笑いを活かした健康・人間関係づくり～

日時

令和4年1月30日（日）13：30～15：15

会場

福島県青少年会館

〒960-8153 福島市黒岩字田部屋 53-5

定員

50名

参加無料

[主催] 福島県青少年育成県民会議
(公財) 福島県青少年育成・男女共生推進機構 福島県青少年会館

[後援] 福島県 福島県教育委員会 福島県 PTA 連合会 福島県高等学校 PTA 連合会
福島県私立中学高等学校保護者会 福島県青少年団体連絡協議会 福島民報社
福島民友新聞社 ラジオ福島 NHK 福島放送局 福島テレビ 福島放送
福島中央テレビ テレビユー福島 ふくしま FM

[申込み方法] 裏面をご覧ください。

[問い合わせ] 福島県青少年育成県民会議（福島県青少年会館内）
電話 024-546-0002 FAX024-546-8312