

# 第一部

13:30 ~ 14:30

## 健康で長生きできる秘けつ!

～健康寿命を延ばすために～

「健康で長生きがしたい」誰もが思う健康長寿ですが、健康でいることと長生きをするということは、コソがあります!超高齢社会を迎え、これからは年をとっても健康でいるということがこれまで以上に大切なことになってきています。40年以上にわたり老年病医療に携わってきた『寿命革命～目指すは健康寿命10年延伸～』の著者から、日常診療を通じて達成した「健康寿命 大幅延伸」の実例紹介などをお話していただきます!

### 講師

見附市保健福祉医療センター長  
見附市立病院 顧問  
医学博士 高橋壮一郎 氏



# 第二部

同時開催

NIC健康ひろば

歩くだけで  
お金がもらえる!

14:30 ~ 16:00

(健康相談会含む)

## 日本一健康なまちを目指す見附市の 健幸ポイント事業を解説!

協力: 見附市 健康福祉課 いきいき健康係

- Q. 健幸ポイントって何?  
Q. 貯めたポイントは何に交換できるの?  
Q. ポイント付与対象プログラムはどれ?  
ポイントが貯められる取り組み内容をご案内します。



得する情報と参加特典  
プレゼントがいっぱい!  
お得なセミナーに参加しよう!

## ～健康相談会～

(第一部の参加者から優先的に受け付けます)

測定器による健康チェックを、薬剤師による専門員が対応します!お持ちのお薬手帳があればご持参いただきお気軽にご相談ください。



骨密度測定・物忘れ度チェック  
ストレスチェック・体組成測定  
間こえ測定・お肌の水分チェック 他

### 協力

【株式会社共栄堂】  
みつけ調剤薬局 塩入史子、高橋順子  
【株式会社ダイチク】  
アイン薬局柏崎店 廣川 智子  
アイン薬局長岡店 富澤 美由紀  
にいがた薬局 橋本 翠  
【リオネットセンター】

6月17日(土)

受付開始  
13:00

中央公民館 大ホール  
(見附市本町 2-5-9)

### お申し込み・お問い合わせ窓口

NIC見附北 (有)新潟日報みつけ販売センター

TEL: 0258-63-0118

FAX: 0258-63-3608

〈受付時間〉9:30 ~ 17:00 ※日・祝日は除く  
お申し込みの際は、①名前 ②住所 ③電話番号  
④参加人数 をお知らせください。

セミナー申込者に、新潟日報新媒体  
『Otona+』試読紙をプレゼント!

定員

先着 80名

※定員に達し次第、締め切らせていただきます

参加費

無料 & 参加特典  
プレゼント

◆主催 NIC新潟日報見附地区販売店会 ◆後援 見附市/見附市社会福祉協議会  
◆協力 見附市立病院/コカ・コーライーストジャパン(株)/(株)ライフプロモート