

健康をすすめる運動研修会 開催

平成26年11月28日（金）に大野城市まどかぴあ「多目的ホール」において、『健康をすすめる運動研修会』を開催しました。

『健康をすすめる運動研修会』は健康・友愛・奉仕を柱に「全国三大運動」の一環として全国的に取り組んでいます。

まず県老連事務局長より、～のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを～ をテーマに講義を行い、その後、午前と午後に分けてお二人の講師に講義をしていただきました。

◆ 『悪質商法にだまされない』

福岡県消費生活センター

消費生活専門相談員 森村純子先生



実例等を交えて、悪質商法等のお話をさせていただきました。
皆さん、身近な方やお友達にも今日のお話を伝えてください。

◆ 自然である“からだ”との付き合い方

～眠っている力を引きだす～

健康運動指導士 山ノ内孝治先生



実技をしながら、“からだ”について学びました。
日々、自分の“からだ”と会話してくださいね。