



令和6年度健康づくり講演会 共催：富士宮市医師会

# すべての疲労は脳が原因

## ～疲れ知らずの快適・安心

### 健康生活とは～

日時 令和6年10月20日(日)

13時30分～15時(受付13時～)

講師 梶本 修身 氏

(東京疲労・睡眠クリニック院長)



主な出演番組

「ホンマでっか!?TV」、  
「羽鳥慎一モーニングショー」  
など多数出演

会場 富士宮市総合福祉会館  
安藤記念ホール

定員 300名      料金 無料

申込 8月28日(水)8時30分～申し込み開始

電話・電子申請・窓口にて健康増進課へお申し込みください。  
申し込み方法は裏面をご覧ください。

申込方法：健康増進課までお申し込みください。

電話 0544-22-2727(おかけ間違いにご注意ください)

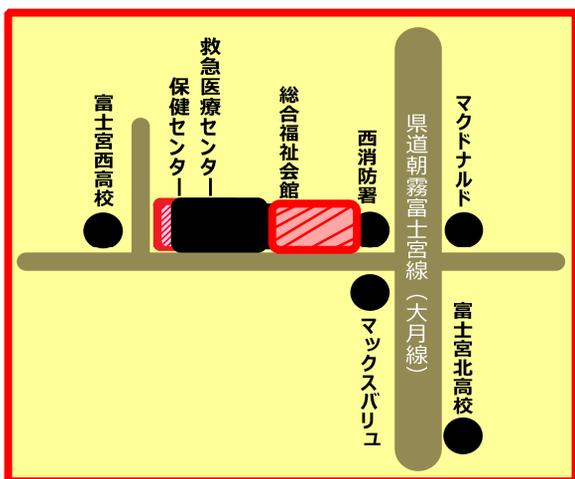
窓口 富士宮市宮原12番地の1 (保健センター)

電子申請 下記QRコードから申請してください。



©富士宮市さくやちゃん

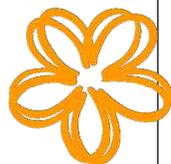
# 会場案内図



## 富士宮市総合福祉会館

住所：富士宮市宮原7番地1

※駐車場は福祉会館及び、福祉会館隣の隣の保健センターをご利用ください。



## 健康マイレージの

「ふじのくに健康いきいきカード」  
をお持ちの方、素敵な粗品をプレゼントします！  
講演会当日カードをご持参ください。  
カードを持っていないという方は、  
ぜひこの機会に健康マイレージに挑戦し  
カードをゲットしてください。  
チャレンジシートは保健センターはじめ、  
各公共機関においてあります。



今日からはじめる 健康づくり！ 健康都市 ふじのくに  
●対象者：6歳以上で、富士宮市に在住・在勤・在学している人

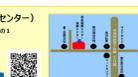
## 健康マイレージ チャレンジシート

①健康マイレージチャレンジシートに2週間 生活習慣の  
振り返りをチェックして申請！  
②「ふじのくに健康いきいきカード」をゲット！  
③協力店でカードを提示するとお好きなサービスあり！  
※カードの有効期限は、発行日から1年です。

2週間  
チャレンジ

お家でカードを見せて  
健康とお品をゲット

富士宮市健康増進課 (保健センター)  
〒418-0005 静岡県富士宮市宮原12番地の1  
TEL 0544-22-2727  
FAX 0544-28-0007  
※必ず印刷用紙に貼ってください



【申込・問合せ】 富士宮市健康増進課 (保健センター)  
電話 0544-22-2727