

市民公開講演会

入場無料

予約不要

若いうちから健康で楽しく、
長生きするために今できる事

2023年

11月11日  **16:00-18:00**

場所：イオンモール京都桂川 イオンホールにて

第一部

16:00～17:00

「効果的な運動方法」

講師：西本和平 先生

(国立長寿医療研究センター)



第二部

17:00～18:00

「健康で長生きするために」

講師：高橋衛 先生

(十条武田リハビリテーション病院
循環器センター センター長)



主催 一般社団法人 京都府臨床検査技師会