

# 長寿たすけ 講演会

## 2016 in 多治見

お互いに助け合い、人を  しましょう

**入場無料** 定員 1300 名

入場整理券が必要です

下記入場整理券申込方法をご参照ください

# 2016年11月12日(土)

13:00 ~ 16:00 (開場 12:30)

## 会場：パロ文化ホール 大ホール

13:00 ~ 13:20 開会式 主催者挨拶 来賓祝辞



講演②(運動) 14:20 ~ 15:00

『すこやかな 100 歳をめざして、  
気軽に体操、今日も元気!』

講師 武井 正子 氏  
(順天堂大学 名誉教授)

講演③(笑い) 15:15 ~ 16:00

『Dr. 5く朝の健康落語』

出演 立川5く朝 氏



講演①(勉強) 13:25 ~ 14:10

## 『世界最高峰をめざすための 「超健康法」』

講師 三浦 雄一郎 氏 (プロスキーヤー)  
(クラーク記念国際高等学校校長)

アトラクション 14:10 ~ 14:20

出演 TKG48(多治見元気高齢者48)のみなさん

### ■入場整理券申込方法

官製ハガキに必要事項をご記入の上お申込みください。  
(10月21日(金)必着)入場整理券は1枚で2人まで入場可能  
応募多数の場合は抽選の上、結果を送付します

●郵送先 〒507-0041 多治見市太平町 2-39-1 多治見市総合福祉センター内  
多治見市悠光クラブ連合会 まで

[問い合わせ] 多治見市悠光クラブ連合会 0572-26-9996 (月・火・木・金の各曜日の午前のみ)

主催：公益財団法人長寿科学振興財団、多治見市悠光クラブ連合会 共催：多治見市  
後援：内閣府、厚生労働省、公益財団法人健康・体力づくり事業財団、健康日本21推進全国連絡協議会

官製ハガキ(表面)  
507-0041  
多治見市太平町  
2-39-1  
多治見市総合  
福祉センター内  
多治見市悠光  
クラブ連合会 行

官製ハガキ(裏面)  
あなたの  
①郵便番号  
②住所  
③氏名  
④氏名ふりがな  
⑤電話番号  
⑥入場人数  
(最大2名まで)

## 講師・出演者のご紹介

超長寿時代を生きる中で、明るく活力ある生活を過ごすための秘訣をお話します

講演①(勉強) 13:25 ~ 14:10

### 『世界最高峰をめざすための「超健康法」』

講師 三浦 雄一郎 氏 (プロスキーヤー、クラーク記念国際高等学校校長)

【略歴】

昭和7年青森市出身、北海道大学獣医学部卒業、昭和39年イタリア・キロメートルランセに日本人として初めて参加、時速172.084キロの当時の世界新記録樹立。昭和41年 富士山直滑降。昭和45年 エベレスト・サウスコル8000m世界最高地点スキー滑降を成し遂げ、その記録映画 [THE MAN WHO SKIED DOWN EVEREST] はアカデミー賞を受賞。昭和60年 世界七大陸最高峰のスキー滑降を完全達成。平成15年 次男で元オリンピック選手の豪太氏とともに世界最高峰エベレスト山(8848m) 登頂。当時の世界最高年齢登頂(70歳)と初の日本人親子同時登頂の記録を樹立。平成20年 2回目のエベレスト山登頂成功(75歳)。平成25年 3回目のエベレスト山登頂成功(80歳)世界最高年齢登頂記録更新。アドベンチャー・スキーヤーとしてだけでなく、行動する教育者として国際的に活躍中。記録映画、写真集、著書多数。

アトラクション 14:10 ~ 14:20

出演 TGK48 (多治見元気高齢者48) のみなさん

講演②(運動) 14:20 ~ 15:00

### 『すこやかな100歳をめざして、気軽に体操・今日も元気!』

講師 武井 正子 氏 (順天堂大学 名誉教授)

【略歴】

お茶の水女子大学文教育学部卒業、順天堂大学体育学部 助手、講師、助教授を経て平成4年同学部教授 同大学院 教授、平成5年 スポーツ健康科学部 教授、同大学院教授、平成15年3月 定年退職。平成15年4月より 順天堂大学 名誉教授。専門分野は、運動教育学・健康教育学、幼児から高齢者まで幅広く健康・体力づくりの運動について研究・普及活動を行っている。特に高齢者の自立と健康づくりに関心をもち、平成元年より全国老人クラブ連合会の「高齢期の運動による健康づくり」の企画・指導に関わり、寝たきりゼロをめざした「いきいきクラブ体操」のデザイン等を手がけ、老人クラブの健康づくり推進員やシニアスポーツリーダーとともに各地で普及活動を行っている。

講演③(笑い) 15:15 ~ 16:00

『Dr. らく朝の健康落語』 出演 立川 らく朝 氏

【略歴】

昭和29年長野県出身。杏林大学医学部卒業。慶応義塾大学医学部内科学教室へ入局。主として脂質異常症の臨床と研究に従事。慶応健康相談センター(人間ドック) 医長を勤める。平成12年46才にして立川志らく門下に入門、プロの落語家として活動開始。医学の知識と長年の診療経験を生かし、わかりやすく笑いを交えて健康情報を伝える「ヘルシートーク」「健康落語」が好評、全国を講演会で飛び回る。平成16年二つ目に昇進、平成27年真打に昇進。