

今日から
始める！

令和7年度健康ちば推進県民大会
目指そう！元気ちばけん

参加
無料

元気になる食卓

～楽しく食べる・人とつながる～

日時

10/5(日) 12:00～16:00

場所

千葉市生涯学習センター

千葉市中央区弁天3丁目7番7号
モノレール千葉公園駅徒歩5分
JR千葉駅千葉公園口徒歩8分

対象 千葉県在住・在勤・通学の方

チーバくんも
来るよ！



講演会

2階 ホール
13:00～15:30

限定レシピをプレゼント

予約優先・先着280名

申込
期限

9/5(金)～9/30(火)まで

ちば電子申請サービスより
お申込みください→



講演1 暮らしの笑顔は食卓から

誰でも簡単に作れる「ズボラ料理」のコツを
伝授！

家庭料理研究家

おくぞの としこ
奥蘭 壽子 氏



講演2 社会参加は三方よし！

ゆるやかなつながりで心も身体も健康に

東京都健康長寿医療センター研究所

のなか くみこ
研究員 野中 久美子 氏



健康測定体験&展示

1階 アトリウムガーデン
12:00～16:00

会場
限定

健康測定体験

野菜摂取量、歯周病、脳年齢、咀嚼能力、
塩味の味覚チェック、骨密度、糖化度(AGEs)
の測定体験ができます！※変更が生じる場合があります

健康づくりの取組紹介の展示

千葉県や県協定企業、主催団体による
健康づくりの取組を紹介します！

来場できない方向け オンデマンド配信

配信
期間 11/7(金)～11/21(金)

申込 9/5(金)～10/24(金)

YouTube
千葉県公式
セミナーチャンネル
にて限定公開



▲申込はコチラ

主催

千葉県・千葉県医師会・千葉県歯科医師会・千葉県薬剤師会・千葉県看護協会・
ちば県民保健予防財団・全国健康保険協会千葉支部

共催

千葉県栄養士会

協力

大塚製薬株式会社・株式会社ロッテ・株式会社千葉薬品・明治安田生命保険相互会社

お
問
合
せ

千葉県健康づくり支援課
健康ちば推進班

TEL : 043-223-2661

E-mail : kenzo8@mz.pref.chiba.lg.jp