

公開講座「第6回 市民健康の集い」

～ あなたでもできる！ アスリートから学ぶ健康法 ～

2011年11月21日(木)、NPO法人日本医学交流協会医療団主催(後援：新宿区、協力：株式会社ドクターズプラザ、NPO法人日本国際親善協会、NPO法人生活習慣病予防学術委員会)の公開講座「第6回市民健康の集い～あなたでもできる！アスリートから学ぶ健康法～」が牛込筆筈区民ホールで開催されました。

冒頭、NPO法人日本医学交流協会医療団・鈴木敏弘理事長から挨拶があり、続いて講演に移りました。

今年で6回目となる「市民健康の集い」の第一部は東京家政大学ヒューマンライフ支援センター講師で管理栄養士の内野美恵先生が「アスリートの食事と栄養管理」について講演しました。

また、第二部では、コンディショニングコーチの立花龍司先生が「誰でもできるメジャーリーガー流、健康法」について講演しました。

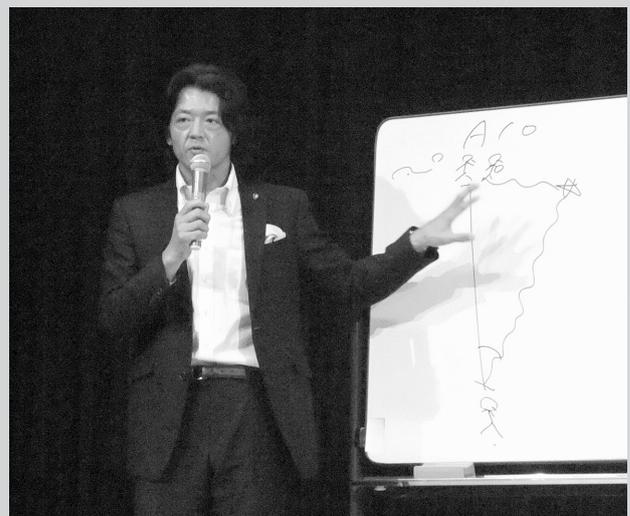
当日の集いには約100名の来場者で盛況裡に終了しました。

鈴木敏弘理事長



【第一部】

講師：内野 美恵 先生
(東京家政大学ヒューマンライフ支援センター講師)



【第二部】

講師：立花 龍司 先生
(コンディショニングコーチ)