



本間ちゃんと実践！

脳🧠と身体🏃がリズム🎵ではずむ

参加無料

健康づくりフェス



令和7年

1 / 29 (水)

14:00~
16:00

(13:00受付開始)

対象：多賀城市民

会場：多賀城市文化センター 小ホール

予約：LINE申請 (QR) 又は
裏面申込書提出
(定員300名先着順)



問合・申込：多賀城市健康長寿課保健予防係
(☎022-368-1494)

【講演会参加者限定】
包括連携協定事業者による
各種測定会、VR認知症体験会あり

みんなで運動 ご当地体操「多賀モリ体操」も

セッション
トーク

本間氏とフレイル予防スペシャリスト3人がお送りする
あなたの暮らしにぴったりの「新しい健康習慣」



ファシリテーター
本間氏



東京大学
宮崎
先端研
研究員



言語聴覚士
佐藤氏



健康運動指導士
渋谷氏

出演者プロフィール等詳細は、裏面を御覧ください。

健康長寿に向けて必要な取り組みとして、カギを握るのはフレイル（虚弱）予防です。本講演会では、それぞれの分野の専門家から、健康づくりのヒントを学びましょう。会場の皆さんで脳トレや運動も行います！



▶ 出演者プロフィール



ファシリテーター

本間 秋彦氏

現在メインパーソナリティーとしてテレビ・ラジオ合わせて週に10時間以上の生放送のレギュラーを持つスーパープレイヤー。

石巻発の地域コミュニティ再生プロジェクト「おらほのラジオ体操」においてもナレーターをつとめている。



司会

庄司 由加氏

仙台を拠点に活動するフリーランサー。東北に限らず、各種イベント・式典・セミナー・フォーラム等、幅広く活躍中

～ パネリスト紹介 ～



宮崎 敦子氏

東京大学先端科学技術研究センター 身体情報学特任研究員

「すごい音楽脳（すばる舎）」著者。脳と音楽の関係性の研究について精力的に取り組んでいる一方で、DJとしてもDr.DJ ATSUKOの名義で活動しており、クラブ活動やイベントにも精力的に出演している。



佐藤 嶺氏

宮城県言語聴覚士協会 副会長、言語聴覚士

医療法人松田会松田病院に所属し、日ごろは、言語聴覚士としてコミュニケーションのリハビリを担う。多賀城市内の通いの場等において、専門的見地から講義・助言も行っている。



渋谷 祐子氏

健康運動指導士

仙台大学、聖和学園短期大学非常勤講師を勤めながら、長年多賀城市の介護予防に携わる。

ご当地体操である「多賀城元気モリモリ体操（多賀モリ体操）」の振り付けも担当した。

注意事項：①本講演会がやむを得ず中止となる場合には、市公式SNSやホームページ等で御案内いたします。
②今後の事業や各種広報に使用するため、講演会の様子を撮影させていただきます。

キリトリ線

*LINE申し込みが難しい場合、本申込書を提出

(提出先：多賀城市役所西庁舎 6階奥 健康長寿課)

令和6年度多賀城市介護予防講演会 参加申込書

LINE申込↓



フリガナ氏名	
年代	40歳未満・40代・50代・60代・70代・80代・90代
連絡先電話番号	