

# 県民フォーラム

## ☀️ 夏こそメタボ対策、今こそ禁煙を！ ☀️

挨拶

広島県医師会 碓井 静照 会長

### ■ 基調講演 (60分)

#### ダンベル体操で心と体のダイエット

講師：早稲田大学スポーツ科学学術院 特任教授 鈴木 正成 氏

座長：広島県医師会長

碓井 静照 氏

### ■ パネルディスカッション (45分)

#### 「脱メタボ～あなたができること～」

・ 運動

びわこ成蹊スポーツ大学教授

高橋 正行 氏

・ 食事

広島県栄養士会

木村 要子 氏

・ タバコ

広島県医師会禁煙推進委員会委員

徳永 豊 氏

### ■ 質疑応答 (15分)

コーディネーター：

日本赤十字広島看護大学教授

川根 博司 氏

中国新聞社 論説委員

山内 雅弥 氏

司 会：

広島県医師会 松村 誠 常任理事

と き：2008年8月10日(日) 13:30～15:30

ところ：広島国際会議場「ヒマワリ」(広島市中区中島町1-5)

主催：広島県医師会・中国新聞