～ みんな元気に笑顔で暮らそう ～

JA共済 ヘルスアップ講座

参加無料



青森県の平均寿命は、男性78.7歳、女性85.9歳。
平均寿命都道府県ランキングでは男女ともワースト1!

元気に笑顔で暮らすために、“医学”の視点に基づいた医師による講演や、
JA共済オリジナルの『レインボー体操』、人気落語家の笑いのイベントを開催します!
さらに、会場では青森県産食材を使ったオリジナル昼食、来場記念品をご提供いたします。
是非ご参加ください!

医師による講演・ヘルスチェック



中路重之
（なかじ・しげゆき）
弘前大学大学院医学研究科社会医学講座特任教授。癌の疫学、地域保健、スポーツ医学などが専門。著書に「Dr中路が語る あおもり県民の健康」（東奥日報社）。



伊藤淳二
（いとう・じゅんじ）
青森県立中央病院特定診療部門長・整形外科統括部長。日本整形外科学会専門医、日本脊椎髄病学会認定脊椎脊髄外科指導医。日本整形外科学会専門医試験委員等を務める。

健康的笑いのイベント



林家木久扇（はやしや・きくおう）
落語家。昭和35年に落語家・桂三木助門下へ入門し、翌年、林家正蔵門下へと移って林家木久蔵となる。平成19年に林家木久扇襲名。日本テレビ「笑点」をはじめ、数々のテレビ・映画・CM出演で常にお茶の間の人気を得る。

タイムスケジュール
（3会場共通）

11:00	開場・昼食
11:40	レインボー体操 レインボー体操とは、シルバー世代や体力に自信がない方でも体の調子に合わせて実践できる、JA共済オリジナルの体操です。
12:00	主催者あいさつ
12:05	医師による講演・ヘルスチェック 【第一部】中路重之
13:25	休憩（15分）
13:40	医師による講演・ヘルスチェック 【第二部】伊藤淳二
14:40	健康的笑いのイベント 林家木久扇
15:10	終演

十和田会場
定員300名
2018年 **6月13日（水）** 11:00～
十和田市東一番町
十和田富士屋ホテル
グランドホール

対象JA
- JA十和田おいらせ
- JAおいらせ
- JAゆうき青森
- JA八戸

弘前会場
定員300名
2018年 **8月8日（水）** 11:00～
弘前市和徳町
フォルトーナ
ホール

対象JA
- JAつがる弘前
- JA津軽みらい
- JA相馬村

青森会場
定員300名
2018年 **10月31日（水）** 11:00～
青森市堤町
ホテル青森
孔雀の間

対象JA
- JA青森
- JAごしょつがる
- JAつがるにしきた

3会場とも、バスで送迎いたします。
※集合場所は最寄りのJAへお問合せください。

お申込など詳しくは、下記お近くのJAまたはJA共済連 青森までお問合せください。

JA青森 017-763-2014（共済部）
JA津軽みらい 0172-44-6083（共済企画推進課）
JA十和田おいらせ 0176-23-0317（共済部）
JA八戸 0178-70-7713（本店共済部）
JAつがる弘前 0172-28-1120（共済課）
JAつがるにしきた 0173-26-6533（共済部）
JAゆうき青森 0176-72-1416（共済課）
JA共済連青森 017-729-8727（事業企画部）
JA相馬村 0172-84-3215（共済課）
JAごしょつがる 0173-27-3302（共済課）
JAおいらせ 0176-54-3235（共済課）

主催：JA共済連 青森

農業のために 地域のために 明日のために JA共済の地域貢献活動

詳しくはホームページで JA共済連 青森 検索

©2017 JA-KYOSAI