

「登山と健康 講演会」のご案内

主催：福岡県勤労者山岳連盟

県連では毎年継続取組としている体力年齢測定会・E ペース登山、そして二つの測定結果について評価・報告と関連する講演会を行っています。この取り組みは齋藤篤司先生(九州大学・大学院人間環境学研究院 健康スポーツ科学講座教授)のご協力により 20 年以上にわたり積み重ねてきた研究成果です。登山中の疲労の実態が解明された貴重な成果で、事故防止に貴重な一石を投じています。登山が人の健康に良い影響を及ぼしている事を、この講演会でお話されます。体力測定・E ペース登山に参加された方、また一般の方も是非ご参加ください。

- ◇ 日時：11 月 17 日(日)
- ◇ 開始：午後 1 時開場～3 時 45 分終了
- ◇ 場所：筑紫野市生涯学習センター 3 階 306 号室 ※JR 二日市駅(徒歩 5 分)
- ◇ プログラム
 - 13:00 受付開始
 - 13:10 開会挨拶(吉永理事長)
 - 13:15 「健康と登山」(齋藤先生)
 - 14:15 休息
 - 14:25 全体質疑応答
 - 15:30 質疑終了 閉会挨拶(吉永理事長)
 - 15:45 閉会
- ◇ 問い合わせ：mail：fwaf555@gmail.com
- ◇ 申し込み：参加希望者は、田中(アゼリア山の会)にお知らせください。会でまとめて、県連へ申し込みます。一般の方は、メールアドレス(fwaf555@gmail.com)に個別に応募してください。
- ◇ お車で来られる方は、第4駐車場に止めて下さい。