

参加無料

～健康講演会～

申し込み不要

全国で引っ張りだこの健康教育のプロフェッショナル

NHK「ためしてガッテン」の元専任ディレクターが石垣島で初講演！

◇1月28日(日) 16時～18時 (開場 15:30)

対象：一般(どなたでも)

内容：ガッテン流！ ついつい健康術！！

～好きなものを食べて痩せちゃう裏ワザも教えます～

場所：石垣市健康福祉センター 1F 集団ホール

◇1月27日(土) 15時～18時 (開場 14:30)

対象：医療・教育関係者

内容：ガッテン流 心をつかむワザ

～チラシ、パワポ、トークが生まれ変わる！～

場所：石垣市健康福祉センター 2F 視聴覚室



講師 北折 一 (きたおり はじめ) 氏

元NHK「ためしてガッテン」専任ディレクター、消費生活アドバイザー
1995年「ためしてガッテン」立ち上げに参加して以来18年間
一貫してガッテンの制作にあたる。

2013年NHKを退職後、「人々のよりよい生活のお手伝い」を目指して、
おもに健康教育の分野で講演・執筆活動を行う。

「計るだけダイエット」の提唱者で、自らの減量体験をもとにだした
「死なないぞダイエット」などのダイエット本が話題に。

「ネットで見ただけ、これってホント？ 健康・食・生活の
メディアリタラシー」(少年写真新聞社)など著書多数。

「死なない！生きかた～学校じゃあ教えちゃくれない予防医療～」
(東京書籍)など著書多数

主催：八重山地区医師会

共催：石垣市(予定)