

福岡で
美しく
健康に！



舞鶴公園：ハスの花



油山：緑豊かな風景と滝



舞鶴公園：水辺の橋

自然と都市が融合する
福岡で初開催！

100歳まで元気

第7回

アンチエイジング プログラムin福岡

—健康で若さを保つために—

2017年 5/27(土)・28(日)

27
(土)

舞鶴公園スロージョギング

講師 福岡大学 身体活動研究所 所長
田中 宏暁



※スロージョギングは一般社団法人
日本スロージョギング協会の登録商標です。

ボールエクササイズ

講師 トータルフィットネスコーディネーター
中尾 和子



健康長寿の秘訣 /

特別無料公開講座

講師 白澤抗加齢医学研究所 所長 医学博士
白澤 卓二



1部には三浦豪太による講演がございます！

28
(日)

油山トレッキング

講師 プロスキーヤー・登山家・博士(医学)
三浦 豪太



主催



ALCO (一般社団法人
アンチエイジングリーダー養成機構)

特別協賛



後援



第7回 100歳まで元気 アンチエイジングプログラムin福岡

—健康で若さを保つために—

40名様
限定
500円

5/27
(土)

舞鶴公園スロージョギング

「メタボ解消と健康長寿をめざして」

9:30~12:00 (受付9:00 新日本製薬1Fエントランス)

場所 舞鶴公園(健脚コース約120分)

持ち物 水分補給のための飲料
※動きやすい服装でお越しください。更衣室はございません。

参加費 1,000円

定員 80名 ※事前申し込み制、定員にて締め切り。

講師



福岡大学 身体活動研究所 所長

田中 宏暁(たなか ひろあき)

主な研究テーマは中高齢者の健康増進と身体活動、生活習慣病の運動療法。自ら提唱するにこにこペースのジョギングを習慣化、有酸素運動能力はスポーツ科学部の学生並みを維持。



アシスタント

福岡安全センター(株)所属

佐藤 紀子(さとう のりこ)

夫婦で走ったフルマラソンでは世界記録元保持者。
※フルマラソン合計タイム5時間28分23秒

※スロージョギングは一般社団法人日本スロージョギング協会の登録商標です。

5/27(土)白澤 卓二監修のヘルシーランチをご用意しています。
12:00~13:30
※事前にご予約ください。※プログラムを通してご参加いただける方を優先予約とさせていただきます。

5/27
(土)

ボールエクササイズ

「～気持ちよさの体験講座～

「おどろくほど身体が楽になるボールエクササイズ」

13:30~16:00 (受付13:00 新日本製薬1Fエントランス)

場所 新日本製薬会議室

持ち物 水分補給のための飲料
※動きやすい服装でお越しください。更衣室はございません。

参加費 1,000円(ボール2個持参の場合)
2,500円(ボール2個付)

定員 40名 ※事前申し込み制、定員にて締め切り。

講師



トータルフィットネスコーディネーター

中尾 和子(なかお かずこ)

長男出産後、26歳から本格的にボディビルをはじめ、1983年「第1回ミス日本ボディビルコンテスト」で優勝。平成19年厚生労働大臣より「健康大使」に任命され政府の様々な活動にも取り組んでいる。
<http://www.nakao-kazuko.net>

5/27
(土)

特別無料公開講座

(受付15:30 新日本製薬1Fエントランス)

参加費無料

場所 新日本製薬会議室 定員 85名

白澤抗加齢医学研究所:料理研究者・機能性フード研究者
ウェルカムドリンクとして
ダニエラ志賀よりカフェテリアにて
オリジナルスムージーをご用意しています。



ご挨拶

前橋温泉クリニック院長 医学博士

岩波 佳江子(いわなみ かえこ)

アンチエイジング医療を臨床の現場で実践すべく開業。生きがいづくりの場として、太極拳、フラダンス、フラメンコ教室を主宰。併設の前橋温泉の泉質が生理食塩水に近いことから鼻洗浄液を開発。その健康効果が期待されている。

1部「父・雄一郎のイキイキ人生を語る」

16:30~17:00

講師



プロスキーヤー・登山家・博士(医学)

三浦 豪太(みうら ごうた)

プロスキーヤーの雄一郎氏を父に、100歳になっても世界でスキーを滑っていた敬三氏を祖父に持つ。2013年日本人初2度目のエベレスト親子同時登頂を記録。
<http://www.snowdolphins.com/>

2部「100歳まで元気なアンチエイジング」

17:00~18:30

講師



白澤抗加齢医学研究所 所長 医学博士

白澤 卓二(しらすわ たくじ)

専門は寿命制御遺伝子の分子遺伝学、アルツハイマー病の分子生物学、アスリートの遺伝子研究。「世界一受けたい授業」はじめ、新聞・雑誌の掲載、著書多数。

<http://www.shirasawa-acl.net/>

※事前申し込み制、定員未達の場合は当日受付可

5/28
(日)

油山トレッキング

「三浦 豪太と登る 油山」

9:00~15:00 (受付8:30 新日本製薬1Fエントランス)



場所 油山 定員 40名

持ち物 水分補給のための飲料
※トレッキングしやすい服装でお越しください。
※更衣室はございません。

参加費 2,000円(お弁当・お茶付)

※受付後バス移動となります。※事前申し込み制、定員にて締め切り。
※荒天の場合は、新日本製薬会議室等で講師による講演とさせていただきます。

〈新日本製薬〉〒810-0074 福岡市中央区大手門1丁目4-7



福岡市営地下鉄
赤坂駅1番出口より徒歩10分
西鉄バス
福岡城・鴻臚館前、
平和台通り下車すぐ

駐車場はございません。
お近くのパーキングをご利用ください。

特別公開講座含む全てのプログラムは、事前申し込み制です。
お電話にてお申し込みください。

参加費は、当日各会場にてお支払いください。

※定員に満たない場合は当日会場にて受付いたします。
※予定は一部変更となる場合がございます。
※個人情報は、本イベント以外の目的で利用することはありません。

お申込締切

5/18(木)

お問い合わせ・お申し込み

(株)西広内事務局

TEL:092-711-3100(受付時間:平日9:30~17:00)

E-Mail:info@nishiko.co.jp