

参加無料

参加者募集

けん かつ

健活

おおさかセミナー

2023

オンデマンド配信



10~12月・3テーマ

セミナーの詳細はこちら

健活おおさかセミナー 2023



Webからカンタン申し込み

セミナー参加ご希望の方は右記コードを携帯で読み取ってください



主催：大阪府

後援：一般社団法人大阪府医師会 / 一般社団法人大阪府歯科医師会 /

独立行政法人労働者健康安全機構大阪産業保健総合支援センター / 全国健康保険協会大阪支部 / 健康保険組合連合会大阪連合会 / 健活おおさか推進府民会議

事務局：株式会社産経アドス



©Expo 2025

けんかっ 健活

おおさかセミナー

10~12月・3テーマ

日々の健康づくりの実践に役立つ情報をオンデマンド配信します。健康に関する知識の向上や、自身の健康管理にぜひお役立てください。

申し込み開始日

9月7日(木)

定員制限なし

各回約30分

10 健活10
Osaka wellness action

くわしくは



「健活10」とは、生活習慣の改善や生活習慣病の予防等に向け、府民に取り組んでいただきたい「10の健康づくり活動」のこと。

第4回

10月13日(金)~10月29日(日)

申込期限 10月25日(水)

みんなで学ぼうがん予防 ~「カルタ」で知ろう! 予防のヒント~

がんを身近に感じ、がんから身を守る方法を伝えたい! そんな学生たちの思いが込められた「がんカルタ」。がん検診や生活習慣。今日からできることを考えてみませんか。

大阪樟蔭女子大学
健康栄養学部
健康栄養学科 教授

すずき ともこ
鈴木 朋子 先生



第5回

11月10日(金)~11月26日(日)

申込期限 11月22日(水)

心理学の視点から考えるストレスとの付き合い方 ~ウィズコロナ・アフターコロナ社会を見据えて~

コロナ禍において、どのようなことが私たちのストレスの要因になったのでしょうか? 知らない間にストレスは溜まっていませんか? ストレスとうまく付き合っていくために、今すぐ実践できる効果的なストレス対処方法を解説します!

阪南大学
国際コミュニケーション学部
准教授

むとう まみ
武藤 麻美 先生



第6回

12月1日(金)~12月17日(日)

申込期限 12月13日(水)

体を動かすことの価値 ~いつからでも始められる運動のすすめ~

「カラダを動かすことの意味や意義、価値とは」、「ワールドマスタースに取り組みもうと思ったきっかけ、思い」などをオリンピックでの体験エピソードを交えて、お話しします。

スポーツコメンテーター
大阪成蹊大学 経営学部
特別招聘教授
スポーツイノベーション
研究所長

おくの ふみこ
奥野 史子 先生



- お申込み後、登録メールアドレスに申込み完了メールが届きます。申込完了メールが届かない場合はお問合せ先へご連絡をお願いします。
- 本セミナーは、YouTubeの限定公開を利用して実施します。
- 参加費は無料です。ただし、インターネット接続費、通信費用等は参加者のご負担となります。
- 本セミナーは、おおさか健活マイレージ「アスマイル」のポイント対象となる健康イベントです。ご参加いただいた方は、アスマイルアプリ上で、「イベントQRコードを読み取る」か「イベント参加コード(20桁)を送信」いただくことで、抽選ポイントを取得することができます。
※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。
- 各回、見逃し配信のご案内を予定しています。

株式会社産経アドス(大阪府健活おおさかセミナー 2023事務局)

お問い合わせ先
06-6636-1039

受付:
平日 10:00~17:00

✉ kenkatsu_osaka2023@sankei-ados.jp