

事前申込制  
**入場無料**  
(定員300名)  
席数に限りがございますので  
予めご了承下さい

# 元気な肝ぞうで めざせ健康長寿!

～聞けばナットク!  がんにならない検査と習慣～

**日時** 2018年 **10月20日** (土)  
13:30～16:00 (開場12:00)

**会場** 福井県県民ホール アオツサ8階  
福井県福井市手寄1-4-1  
TEL: 0776-87-0003


**無料** 12:00～15:00  
 肝炎ウイルス検査  
 腹部エコー体験

講座終了後  
 なんでも相談コーナー



## プログラム

司会 橋本 まさみ 福井県済生会病院 肝炎医療コーディネーター

- 13:30 開会にあたって「人生100年時代の肝ぞう治療」…… 野ツ俣 和夫  
福井県済生会病院 副院長 肝疾患センター長
- 13:40 肝臓に良い栄養と食事 …… 木下 充子 先生  
公益社団法人 福井県栄養士会 理事
- 13:55 今からできる肝トレ …… 土橋 仁  
福井県済生会病院 理学療法士
- 14:10 クイズ!  「健康な肝臓とは! ?」 …… 真田 拓  
福井県済生会病院 内科医長

## 特別講演

### 『肝臓がんにならない3つの ヒミツ』

- ① 肝炎ウイルス検査を受ける
- ② 肥満にさようなら
- ③ お酒はほどほどに

江口 有一郎 先生  
佐賀大学医学部附属病院  
肝疾患センター 特任教授



