

# 健康に老いる秘訣



少子高齢化が進む日本では、高齢者の健康寿命を伸ばすことが重要課題となっています。それを実現するためには、運動や食事といった生活習慣に加えて、健康や医療に関する情報を収集し理解し評価し活用できるヘルスリテラシーの力を若い頃から身に着ける必要があります。また、社会から孤立しないこと、目標や楽しみをもつことも重要です。講演では、図書館やネットでの科学的根拠のある健康・医療情報の探し方、見極め方を紹介します。

講師

放送大学客員教授・名誉教授

みわ まきこ

三輪 眞木子 氏

米国ピッツバーグ大学図書館情報学修士課程修了、  
慶應義塾大学大学院図書館・情報学博士課程単位取得満期退学、  
米国シラキュース大学情報学プログラム博士課程修了、Ph.D.取得。

筑波大学学術情報処理センター文部技官、  
(株)エポックリサーチ代表取締役社長、メディア教育開発センター教授、  
総合研究大学院大学教授、放送大学教授、同特任教授を歴任。



日時

令和5年 **8月5日(土)** 13:30~15:30

会場

岐阜県図書館 1階 多目的ホール  
(岐阜市宇佐4-2-1)

定員

280名 (要予約)

参加費  
無料

申込

放送大学岐阜学習センター  
TEL : 058-273-9614  
(9:00~17:30 月曜・祝日を除く)



◆ 共催 : 岐阜県図書館 ◆

<https://www.library.pref.gifu.lg.jp/>