

暮らしから始める健康セミナー

テーマ①医学

抵抗力を高めて、
健康に長生きする秘訣!

～自分の健康は他人まかせにしない～

- ・健康で長生きしている人の共通点
- ・免疫の基礎知識と免疫力の上げ方
- ・体の冷えが健康に与える影響と対処法

テーマ②住宅

住宅の断熱不足が
健康に与える影響と対策

- ・家が寒いとこんなに危ない!
- ・住宅の断熱性能と健康の関係
- ・部屋の温度差や低室温がもたらす影響
- ・健康を保つための住まいづくり
- ・省エネで暖かい住宅の見極め方
- ・健康を維持増進するための断熱性能

予防医療の重要性、
住宅の断熱不足が
健康に与える影響について
お伝えします。



船津地産(株) 取締役 建築部長
講師 清水 雅彦 氏

大手建材メーカーに在籍中に高気密断熱住宅の普及啓蒙活動とともに、工務店への支援、指導、エンドユーザーへの提案活動を行う。現在は「快適で健康に良い、でも燃費の良い住宅」の設計に携わる傍ら、各方面にて健康省エネ住宅の普及啓蒙活動に邁進中。

一級建築士、省エネ建築診断士 さいたま健康・省エネ住宅推進協議会会員
(一社)健康・省エネ住宅を推進する国民会議会員

参加された方にもれなくライフチェックメーター
(温湿度計)をプレゼント!!

セミナーを聞いた後、今のお住まいで気になるお部屋をチェックしてみましょう。
※お一人様につき1台プレゼント。



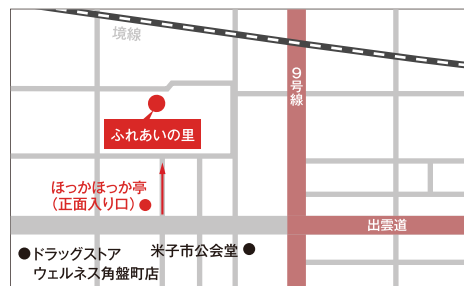
日時 平成 29 年 11 月 23 日 (祝) 13:30 ~ 15:30 (受付 13:00 より)

場所 米子市福祉保険総合センター
「ふれあいの里」4階中会議室

鳥取県米子市錦町一丁目139番地3

定員 100名

参加費
無料!



※ お車で越しの方へ、施設ご利用の方は無料で駐車場を利用できます。

国土交通省
スマートウェルネス住宅等推進事業(調査事業)
健康調査にご協力ください!

健康調査と併せて行う省エネルギー改修に対して国の補助制度があります!

補助率 1/2 最大 100 万円/戸

バリアフリー改修工事を同時に
実施した場合は最大120万円/戸

【主催】とっとり健康・省エネ住宅推進協議会

ご興味のある方はお気軽に一般会員または事務局までお問い合わせ下さい。

【後援】鳥取県、米子市、北栄町、(公社)鳥取県医師会、鳥取県東部医師会、(公社)鳥取県中部医師会、(公社)鳥取県西部医師会、
(一社)鳥取県建築士会、米子市社会福祉協議会、新日本海新聞社(順不同)

セミナーで
お伝えしたいこと

暮らしから始める健康セミナー in 米子



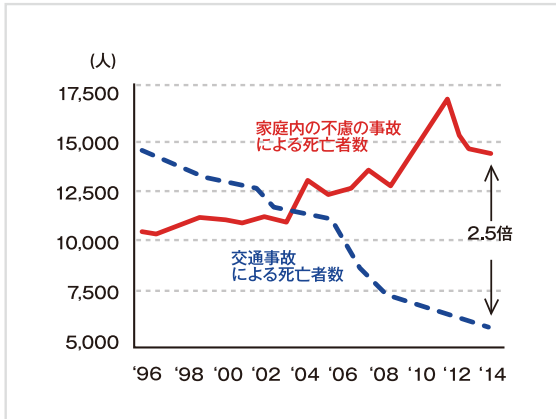
日本の家から”寒い”を無くせば、日本中が健康になれる！

交通事故よりも寒いお風呂場が危険！

2014年交通事故による死亡者数5,717人に対し、家庭内の不慮の事故による死亡者数14,334人と交通事故の約2.5倍の方が、不幸にも家の中で亡くられています。特に家の寒さが原因で多くの高齢者が亡くなっています。

塩分を取り過ぎると血圧が上昇することはよく知られていますが、家の中で寒い部屋に移動すると血圧が上昇することは、あまり知られていません。部屋間の急激な温度差により血圧の上昇降下が起こり、心臓に大きな負担がかかります。家の寒さは、命を落としかねません。

セミナーでは、体の冷えや家の寒さが健康に及ぼす影響と健康快適省エネに暮らす方法をお伝えします。



※厚生労働省人口動態調査結果をもとに作成

温熱環境を改善された方の声

家族の笑顔が増えました。



お母さん「脱衣場が寒くないからとても快適だわ」
お父さん「冬でも趣味のウォーキングが楽しくできるようになりました」
お爺さん「夜中のトイレが楽に行けるようになりました」
娘さん「光熱費が下がって家計も助かるってお母さんが言ってたわ」
お婆さん「足元が寒くないから、コタツを出さなくなったわね」

他にもこんな調査結果が出ています。



協議会アンケートより

お申し込み お申し込みは、下記をご記入の上、FAXでお送りいただくか、下記項目を記載の上、メールにてお申し込みください。

(フリガナ) お名前			
電話	() -	参加人数	人

お申し込み先

FAX **0859-33-1304** E-mail **hikino@miyoshi-san.co.jp**

とっとり健康・省エネ住宅推進協議会 事務局 担当:引野 宛て ※お預かりした個人情報はセミナー申し込み以外の目的には利用いたしません。

お申し込み
専用QRコード



とっとり健康・省エネ住宅推進協議会 一般会員 (株)岩崎組 小椋設計事務所 (株)小田原工務店 (株)こざさ建設 (有)島津組 (有)高尾材木店 福山建築 (株)ミヨシ産業 (株)LIXIL山陰中央支店 YKK AP(株)鳥取支店