

山口県医師会健康スポーツ医学実地研修会

(山口県医師国民健康保険組合「第20回学びながらのウォーキング大会」)

開催日時 令和6年11月23日(土・祝) 11:00～15:00

開催場所 山口県セミナーパーク 研修室 203 号

(〒754-0893 山口県山口市秋穂二島 1062 [TEL:083-987-1410](tel:083-987-1410))

集合時間 ①会館集合者: 9:30 山口県総合保健会館に集合

→ 9:45 バス出発 → 10:20 セミナーパーク第5駐車場

②現地集合者: 10:30 山口県セミナーパークに集合

単 位 日本医師会認定健康スポーツ医再研修2単位

日本医師会生涯教育制度2単位

取得カリキュラムコード 生活習慣(82): 2単位

そ の 他 昼食は医師国民健康保険組合が用意いたします

【日 程】

10:30	受付開始	
11:00	主催者挨拶	
11:05	＜日医認定健康スポーツ医対象＞ 特別講演:「ウォーキング時の適正飲料とは？」 -ミネラルを含む水分摂取が長寿の秘訣- 講師: 川崎医療福祉大学 医療技術学部 健康体育学科 特任教授 小野寺 昇	＜スポーツ医以外の参加者＞ 演題: 「大村益次郎の二刀流」 講師: 大村神社 宮司 松村 卓正
11:45	講演終了。研修室 204 号にて昼食	
12:55	バスで防府新大橋(佐波川駐車場)へ移動(コース概略説明)	
13:10	防府新大橋到着・準備体操	
13:30	ウォーキング開始(約 4.1km 60 分程度) 防府新大橋(佐波川駐車場)→大道漁港→種田酒造跡→山口県漁港大海支店 →らんらんドーム	
14:30	ウォーキング終了・クーリングダウン	
14:45	バスでセミナーパークへ移動	
15:00	セミナーパーク到着・現地集合者解散→バスで山口県総合保健会館へ	
15:40	山口県総合保健会館着・解散	