

令和8年4月3日
北九州市保健福祉局

報道機関各位

若い世代の健康を応援！ヘルスケアキャラバンの実施

北九州市では、昨年度から若い世代の健康リテラシー向上を目指して、市内の大学などを対象とした出張講演(ヘルスケアキャラバン)を実施しています。

今回は、医師で作家の鎌田實先生をお招きし、下記のとおり開催することになりましたので、お知らせいたします。

■ヘルスケアキャラバン開催概要

日時：令和8年4月4日(土) 11:15～12:20

場所：九州女子大学・九州女子短期大学 福原学園鶴鳴記念館
(八幡西区自由が丘1-1)

対象：新入生・保護者 約800名

(1)トークセッション

テーマ：「日本一 女性の健康と成長を応援するまち」

登壇者：鎌田實氏、武内市長

(2)健康づくり講演会

テーマ：「未来を自分で切りひらく」

講師：鎌田實氏

■講師略歴



鎌田 實 (かまた みのる)氏 医師・作家

東京医科歯科大学医学部卒業後、長野県の諏訪中央病院へ赴任。30代で院長となり、赤字病院を再生。「地域包括ケア」の先駆けを作り、長野県を長寿で医療費の安い地域へと導いた(現在、諏訪中央病院名誉院長、地域包括ケア研究所所長)。

ベストセラー「がんばらない」、「鎌田式『スクワット』と『かかと落とし』」他、著書多数。

【問い合わせ】

保健福祉局健康推進課

担当：荒木、笠

電話：093-582-2018