

柏原クリニック

第3回 糖尿病教室

開催のお知らせ

日時：令和7年11月14日（金）
16:00～17:00
会場：柏原クリニック 3階食堂

講演会「運動の生活習慣病予防・治療効果」

司会：柏原クリニック院長 山崎 恭平 先生

講師：信州大学医学部 特任教授
医学博士 能勢 博 先生

能勢 博（のせ ひろし）
1952年11月16日生まれ。京都府出身。
医学博士。京都府立医科大学助手、米国
イェール大学医学部博士研究員、信州大学医
学部教授を経て現在同大学特任教授。
ウォーキング研究を続け20余年で、約
10,000人に、これまでのウォーキングの常
識を変えたといわれる「インターバル速歩」
を指導し、その生活習慣病や熱中症などの予
防効果を明らかにしてきた。趣味は登山。
「あさイチ」「今日の健康」「あしたが変わ
るトリセツショー」「Mr サンデー」などテ
レビ出演も多数。主な著書に「ウォーキング
の科学（講談社）」「最高の歩き方（世界文
化社）」「もう山でバテない！（山と溪谷
社）」などがある。

歩き方
実演も
します！



参加ご希望の方はご記入の上、スタッフにお渡ししてください（無料です）

お 名 前	ご年齢（ ）
お 電 話	

お問い合わせ先：0263-82-7222