

\ 熱中症対策 / の新常識 いのちを守る水分補給

医師が伝える新しい健康習慣

飲水学

参加費
無料

申込はコチラから



日時
2026年

7月5日(日)

会場

ビッグパレットふくしま
4Fプレゼンテーションルーム

第1部

10:30~12:15

(受付開始 10:00~)

定員 150名

第2部

13:30~15:15

(受付開始 13:00~)

定員 150名

来場者全員にプレゼント!
熱中症対策を
応援します!!

いのちを守る
水分補給

エネルギー
切れに!



+

凍らせて飲むと
超冷感!



+

天然水で
水分補給!



脱水対策の
強い味方!



講師

谷口 英喜 医師



1991年福島県立医科大学医学部卒業
横浜市立大学医学部麻酔科入局
現在、済生会横浜市東部病院
患者支援センター長／栄養部担当部長
東京医療保健大学大学院客員教授、
慶應義塾大学医学部非常勤講師を兼任
脱水症・熱中症・周術期管理の
専門家としてテレビ・ラジオなど多数出演
2026年4月、最新刊
『いのちを守る飲水学』を出版
2026年トリセツショーや健康カプセルなど
多数メディアに出演、谷口ゼミも大好評!

体水分計測定会実施!

講座の内容

正しい飲水の知識と実践方法を、
医師の視点からわかりやすくお伝えします。

- ✓ 脱水のメカニズムと予防法
- ✓ 熱中症を防ぐ水分補給のポイント
- ✓ 体調不良と水分の関係
- ✓ 今日から実践できる飲水の習慣

協賛企業様のご紹介

AQUARIUS®

PREMIUM WATER
HighQuality Water Delivery Service

健康にアイデアを

meiji

DAIKIN



大正製薬

評言社

スペシャル MC



お笑い芸人
かいShinE

お問い合わせ
(主催・事務局)

ハーモナイズ株式会社



TEL. 0243-24-8773

mail: info@harmonized.biz

〒969-1107 福島県本宮市青田字山田1番6

主催 : 市民公開講座「いのちを守る飲水学」実行委員会
事務局 : ハーモナイズ株式会社
後援 : 郡山市、福島県、福島県教育委員会