

# 名古屋大学健康長寿シリーズ番組表 3月予定

町は名古屋大学と連携し「年齢を重ねても元気でいきいきと生活し活動できる社会の実現」を目指し、ケーブルテレビ内で健康長寿に関する情報番組を放送しています。

2月末までの放送予定でしたが、3月以降の放送を継続します。

チャンネル番号 **11番**  
放送内容は毎月変わります

## ○放送日・時間

放送時間	午前放送	1回目	6時45分～7時00分
		2回目	9時15分～9時30分
		3回目	13時00分～13時15分
	午後放送	4回目	15時15分～15時30分
		5回目	17時00分～17時15分
		6回目	19時45分～20時00分



## ○番組表

2019年3月					
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
					1
午前					食べられる幸せをいつまでも(知識編)
午後					食べられる幸せをいつまでも(実践編)
	4	5	6	7	8
午前	活き生きシニアのための活動紹介	健康長寿の秘訣	健康長寿と栄養①	健康長寿と栄養②	健康長寿と栄養③
午後	頭すこやか体操②	活き生き体操①	キラリ！健康クッキング教室②	頭すこやか体操②	活き生き体操②
	11	12	13	14	15
午前	活き生きシニアのための活動紹介	食べられる幸せをいつまでも(知識編)	よく知ろう！認知症①	よく知ろう！認知症②	よく知ろう！認知症③
午後	頭すこやか体操①	キラリ！健康クッキング教室③	活き生き体操②	頭すこやか体操①	活き生き体操①
	18	19	20	21	22
午前	健康長寿の秘訣	活き生きシニアのための活動紹介	食べられる幸せをいつまでも(知識編)	健康長寿の秘訣	健康長寿と栄養①
午後	活き生き体操①	頭すこやか体操②	食べられる幸せをいつまでも(実践編)	キラリ！健康クッキング教室④	頭すこやか体操②
	25	26	27	28	29
午前	健康長寿と栄養②	健康長寿と栄養③	よく知ろう！認知症①	よく知ろう！認知症②	よく知ろう！認知症③
午後	キラリ！健康クッキング教室①	活き生き体操②	頭すこやか体操①	活き生き体操①	頭すこやか体操①

※番組内容は変更になる場合があります。ご不明な点は名古屋大学抗老化ユニット(☎052-744-2368)までお問い合わせください

# 名古屋大学健康長寿シリーズ番組表 4月予定

町は名古屋大学と連携し「年齢を重ねても元気でいきいきと生活し活動できる社会の実現」を目指し、ケーブルテレビ内で健康長寿に関する情報番組を放送しています。

2月末までの放送予定でしたが、3月以降も放送を続けます。

チャンネル番号 **11番**  
放送内容は毎月変わります



## ○放送日・時間

放送時間	午前放送	1回目	6時45分～7時00分
		2回目	9時15分～9時30分
		3回目	13時00分～13時15分
	午後放送	4回目	15時15分～15時30分
		5回目	17時00分～17時15分
		6回目	19時45分～20時00分

## ○番組表

2019年4月					
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1	2	3	4	5
午前	食べられる幸せをいつまでも(知識編)	健康長寿の秘訣	健康長寿と栄養①	健康長寿と栄養②	健康長寿と栄養③
午後	食べられる幸せをいつまでも(実践編)	頭すこやか体操①	生き生き体操①	生き生き体操②	キラリ!健康クッキング教室①
	8	9	10	11	12
午前	生き生きシニアのための活動紹介	よく知ろう!認知症①	健康長寿の秘訣	健康長寿と栄養①	健康長寿と栄養②
午後	キラリ!健康クッキング教室②	頭すこやか体操②	キラリ!健康クッキング教室③	頭すこやか体操②	生き生き体操①
	15	16	17	18	19
午前	健康長寿と栄養③	よく知ろう!認知症③	生き生きシニアのための活動紹介	健康長寿の秘訣	食べられる幸せをいつまでも(知識編)
午後	キラリ!健康クッキング教室④	生き生き体操①	頭すこやか体操①	食べられる幸せをいつまでも(実践編)	生き生き体操②
	22	23	24	25	26
午前	よく知ろう!認知症①	よく知ろう!認知症②	よく知ろう!認知症③	生き生きシニアのための活動紹介	健康長寿の秘訣
午後	生き生き体操②	頭すこやか体操①	頭すこやか体操②	生き生き体操①	キラリ!健康クッキング教室①
	29	30			
午前	よく知ろう!認知症②	食べられる幸せをいつまでも(知識編)			
午後	キラリ!健康クッキング教室③	食べられる幸せをいつまでも(実践編)			