

# \ 熱中症対策 / の新常識 いのちを守る水分補給

参加費  
無料

申込はコチラから



医師が伝える新しい健康習慣 **飲水学**

日時

2026年

7月5日 (日)

会場

ビックパレットふくしま  
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