

82歳現役医師に聞く、元気が湧き出る生活術！

平成30年度 シニア活動支援事業



# 「 老い越せ、 老い抜け、 老い飛ばせ」

講師 **石川 恭三** 氏

老化・認知症防止の秘策、  
「一読・十笑・百吸・千字・万歩」とは？  
面白くて、ためになる、医師おすすめ  
シニア生活術の講演です。

**9月11日** **火** 受講無料 **先着** **140**名様

**14:00～16:00**

会場：川崎市生涯学習プラザ401大会議室

武蔵小杉駅から徒歩13分、元住吉駅から徒歩10分 \*開場13:30～

住所：川崎市中原区今井南町28-41

生涯学習財団HPで  
申込フォーム入力

または

窓口申込

電話申込



↑地図リンク

主催：(公財)川崎市生涯学習財団・川崎市中原市民館

医学博士：杏林大学医学部名誉教授 専門：循環器・心臓病分野。  
メディアへの出演：「午後は〇〇・おもいっきりテレビ」「生活  
ホットモーニング」等多数。著書：専門書・一般書含め70冊以上

お問い合わせ先など  
詳細は裏面に！

お問い合わせ  
受付

(公財) 川崎市生涯学習財団 事業推進室 シニア講演会担当  
川崎市中原区今井南町28-41 川崎市生涯学習プラザ

# 7/30(月)9:00~申込開始

※定員になり次第、締め切ります (先着順)

①インターネット(パソコン・スマートフォン)で申込

URL

<http://www.kpal.or.jp/>

こちらを読込んでも、申込画面に移動します。



申込フォームに入力してください。折り返し「入場券メール」を入力されたアドレスに送信します。返信メールが届かない場合には、下記までお電話ください。(定員を超えた場合はサイトでお知らせします)



窓口・電話申込は、平日9:00~16:30でお願いします。  
入場の際は、会場受付でお名前をお伝えください。

②財団窓口で申込

下の申込書にご記入の上、生涯学習プラザ1階の受付にお持ちください。

③電話で申込

TEL

044-733-6626

下の申込内容①~⑤を担当者にお伝えください。

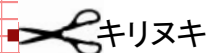
~元気が湧き出る生活術をもっと知りたい方に~

連続講座「健康的なシニアライフを送るために」で再び、石川恭三先生の講義があります。詳しくは「中原市民館(申込受付・連続講座の実施会場)044-433-7773」まで。日時：9月19日~10月17日(うち4回、すべて水曜日14時~16時/受講無料/7月15日から受付開始)



今年も6/25に  
新刊本を出版。

定価1,080円  
河出書房新社



申込書

①氏名

/ ②フリガナ

③住所 〒

④電話番号 (日中、ご連絡可能な番号)

⑤年代 (50代以下・60代・70代・80代・90歳以上)

事務連絡欄

受付日

電

窓

担当