

講演会・談話会

歳を重ねることは素晴らしい

令和8年3月23日(月) 12:00~14:00

講師 NPO法人 小象の会

(生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会)

理事長 篠宮 元町 先生(内科医)

定員 先着20人

対象 千葉市内に住所を有する60歳以上の方

場所 千葉市美浜いきいきプラザ 研修室3

申込 3/1(日)9:30~ 窓口、電話、FAXで



- ❁ 心を元気にするには ❁ 奇跡の連続の上に生まれてきた
- ❁ 認知症を受け容れる社会へ ❁ 医療費と健康格差
- ❁ 共感＝相手と自分の共通点を見つける ❁ IT機器の活用
- ❁ お勧めの食事と運動のヒント ❁ どうしたら人は元気になるか？

社会福祉社法人 千葉市社会福祉協議会

千葉市美浜いきいきプラザ

千葉市美浜区高洲3-5-6

☎ 043-270-1800

Fax 043-270-1811