

第415回 生涯現役塾 開催案内

日時:2022年4月20日(水)15:00~17:00

会場:原則 Zoom、例外として事務所(下記)参加(先着順 15名まで)

※Zoom参加者に事務局から招待メールを送付します。開始時間5分前までに参加下さい。

※開催事務所:東京都中央区八重洲 1-7-20 八重洲口会館地下2階 ライフ・ベンチャー・クラブ

共催:日本生涯現役推進協議会、一般社団法人日本シニア起業支援機構(J-SCORE)

後援:日本ビジネスインテリジェンス協会

司会者:堀越 雅雄(日本生涯現役推進協議会(事務局長)、J-SCORE(理事))

共催者挨拶:日本生涯現役推進協議会(会長)東瀧 邦次 J-SCORE(代表理事)松井 武久

表題:「予防は最大の治療なり——その3:運動療法について——」

講演内容:『少子高齢化が叫ばれる中、いかに健康寿命を伸ばせて充実した毎日を過ごすことができるかが鍵となっています。中医学(漢方)の基礎である養生学に多くのヒントが隠されています。「温故知新」で皆様と一緒に学んでいきましょう。どなたでも簡単にできる養生法をシリーズ(①食、②ストレス、③運動、④習慣、⑤休養)と中医学の氣功・薬膳・ツボ・漢方などについてお話します。今回は「畳1畳でできる簡単な運動と継続できる方法」について伝授します』

講師:吉村 吉博(日本統合医療学園 理事長・学長)

スケジュール:15:00~15:10 主催者挨拶 東瀧邦次 松井武久

:15:10~16:10 吉村先生の講和

:16:10~17:00 質疑・応答

:17:10~18:00 バーチャル懇談会(聴講者の自己紹介・意見交換)

■参加費

【Zoom参加者】⇒J-SCORE 会員:無料、後援先・事業協力契約先・学生:1000円、一般:2000円

※参加費は、事前に指定の銀行口座へ振込み下さい。

※テキスト代は、J-SCORE 会員は HP(会員専用)からダウンロード(無料)して下さい。

会員以外の方は、参加費に含まれており、振込確認後メールで送付します。

※振込先…「銀行名(三菱 UFJ 銀行)、支店名(麹町)、口座の種類:(普通)

口座番号(0226573)、口座名義(一般社団法人日本シニア起業支援機構)」

【事務所参加者】⇒J-SCORE 会員:1000円、後援先・事業協力契約先・学生:2000円、一般:3,000円

※当日、事務所で支払い下さい。なお、参加費に資料代(配布)が含まれています。

■申込方法:原則として、J-SCORE のホームページから申込んで下さい。

※ホームページからの申込が出来ない場合は、下記の事項を記述し E-mail または FAX で J-SCORE 事務局へ申し込み下さい。

◆メールの名称:第 415 回生涯現役塾の申込

◆参加者の氏名: (ふりかな)

◆所属・役職名:

◆連絡先…電話(緊急連絡):

…E-mail アドレス(Zoom 招待メールおよびテキスト送付先):

◆住所:国名 県名

◆参加方法:()Zoom で参加する。 ()J-SCORE 事務所で参加する

◆ご意見:

※J-SCORE 事務局のメールアドレス:office@j-score.or.jp

※J-SCORE 事務所の FAX:03-6423-1141

※J-SCORE 事務所の住所

〒103-0018 東京都中央区八重洲 1-7-20 八重洲口会館地下二階ライフ・ベンチャー・クラブ内