

湘現会講演会

「元気に 100 歳まで生きるコツ」

100 歳まで、健康で楽しく生きることが一番です。そこで、日頃から自分の「からだの構造と消化」を知って「安全な食」について知り、楽しい自己管理が出来るよう提案します

湘現会会員

青木ゆきお氏

- 日時： 令和 元年 10 月 13 日（日）
- 会場： 鎌倉市福祉センター（鎌倉中央図書館隣り）
鎌倉市御成町 20 番 21 号 大ホール

午後 1 時	受付開始
午後 1 時 15 分	開会
午後 1 時 30 分	講演開始
午後 3 時 30 分	講演終了

- 資料代： 当日のみの参加者 500 円
（事前予約無くても OK です）
- 照会先： 桑原啓二 T & F ; 046-872-2213
メール pr@syogenkai-n.sakura.ne.jp

主催 湘現会(湘南鎌倉生涯現役の会)
後援 鎌倉市教育委員会