

# 令和5年度元気老人クラブ活動広報推進事業研修会 のお知らせ

熊本県老人クラブ連合会では、老人クラブへの県民の理解を深めるため、研修会を開催します。

主な対象者は、県内の老人クラブ会員ですが、「講演」は一般の方も参加することができます。

老人クラブに興味のある方や、元気でいきいきとした生活を送りたい高齢者の方の参加をお待ちしています。

## 1 日 時（講演）

令和5年9月1日（金） 午後2時20分～午後3時20分

※ 受付は、午後2時10分から

## 2 会 場

KKRホテル熊本 2階「五峯・城彩」

〒860-0001 熊本市中央区千葉城町3-31

TEL. 096-355-0121 FAX. 096-355-7955

※ 駐車場はありません。公共交通機関での来場をお願いします。

## 3 講演

演題：「人生100年、生き生き生きるノウハウ探し

— 毎日が「一期一会」の蘇り —」

講師：熊本大学名誉教授 吉田 道雄 様

- ・ 人生100年、心身共に健康寿命を伸ばし続けなければなりません。体の方はお医者さんや栄養士さんたちにお任せしましょう。講演では、「心の健康寿命」を維持・向上するためのノウハウをご一緒に考えていきたいと思えます。

わたしは、「毎日が蘇り」の気持ちを大事にしています。また、人生は「未知の場所へのドライブ」に似ていま

す。そして、そんな「人生には光と陰」がありますが、自分の力で光を当ててることをお勧めします。

- ・ 人生は生まれたときからチャレンジの連続です。これを乗り切り続けるために「3K歯車」をご紹介します。「3K」がなんであるかは講演でのお楽しみにいたしましょう。

#### 4 参加申込み

参加ご希望の方は、**8月21日(月)まで**に、参加申込書により、FAXまたはメールで県老連事務局に申し込んでください。

#### 5 その他

- ① 研修会の様子を写真撮影し、広報紙等に掲載します。
- ② 新型コロナウイルス感染症予防のため、体調不良の際は参加をご遠慮ください。

[FAX 096-351-8029]  
[E-Mail kumamon-kumaro36@aroma.ocn.ne.jp]

県老連事務局あて

## 令和5年度 元気老人クラブ活動広報推進事業研修会 参加申込書

### 一般用（会員以外）

8月21日（月）までに、FAX又はメールでお申し込み  
ください。

一般（会員以外）の方は、講演（午後2時20分～）のみ参加できます。  
氏名と連絡先（電話番号）を記入の上、お申し込みください。

※ 提供いただいた氏名と電話番号は、当研修会のみを使用します。

氏 名	連絡先（電話番号）

- ※ 日時：令和5年9月1日（金）午後2時20分～午後3時20分  
（受付は、午後2時10分から）
- ※ 駐車場はありません。公共交通機関での来場をお願いします。
- ※ 研修会の様子を写真撮影し、広報紙等に掲載しますので、ご了承ください。
- ※ 新型コロナウイルス感染症予防のため、体調不良の際は参加をご遠慮ください。