

ALWF

Association of Laborers' Welfare Fund  
of Shizuoka Prefecture

ロッキーカレッジ

めざせ！サクセスフル・エイジングⅣ

## 第10回 団塊サミット

UP!!

老いてますます健康に!

Thanks 10th Anniversary Dankai Summit



## プログラム

- 第1部 基調講演 「いくつになっても元気で生きよう」  
講師：公益財団法人SBS静岡健康増進センター所長（医師）遠山和成氏
- 第2部 ワークショップ 健康に関する経験談を語り合おう
- 第3部 フリートーク 自由交流と名刺交換など

## 開催概要

- 開催日時 平成30年1月20日(土)13時(開場12時30分)▶17時
- 開催場所 静岡県勤労者総合会館3階「ロッキーセンター」
- 参加費 無料
- 募集定員 80名(申し込み先着順)

2018

1/20

参加無料

主催：NPO法人 静岡団塊創業塾

共催：公益財団法人 静岡県労働者福祉基金協会

後援：静岡県 静岡市 静岡新聞社・静岡放送 SOHOしずおか





# 第10回 団塊サミット「老いてますます元気になる」

## イベント内容

超高齢社会において、「平均寿命」ではなく「健康寿命」の延伸が求められています。分かりやすく言えばピンピンコロリ（PPK）、健康のまま歳をとりある日ぽっくり逝く、誰でも望むことでしょう。ではどうすればそうなるのでしょうか。

第10回記念となる今回のサミットでは、老若男女最大の関心事『健康』をテーマとし、SBS健康増進センター所長の遠山和成氏に基調講演していただきます。最近の医療情勢や、健康維持の秘訣を聞き、ワークショップで参加者同士の健康法を語り合えば、今後の習慣をより良いものにするきっかけが得られるでしょう。

サクセスフルエイジング、歳をとることに成功するために健康維持は必須。そのために有益な知識を得て実践しましょう。ちょっとだけ非日常の時間を過ごしませんか。

## 講師紹介



公益財団法人SBS静岡健康増進センター所長（医師）遠山和成氏  
県立静岡高校、京都大学医学部を卒業。

静岡県立総合病院外科医長、副院長を歴任し、2006年より公益財団法人SBS静岡健康増進センターの所長に就任し、内科診察と乳がん検診を担当。2017年瑞宝小綬章を受賞。  
「地域に生き、地域に生かされ、地域に尽くす」をモットーに、地域の皆様の健康増進のため、受診者と二人三脚で共に歩んで行くことを信念としている。

## 団塊創業塾について

- 中高年世代に対して生きがいを持って社会に参加できる「仕組み」「仕掛け」「居場所」を提供する事業を行い、生き活きと暮らせる明るい社会作りに貢献します。
- 仕事や趣味や社会貢献を通じて中高年世代が、「繋がり」「学び」「行動」を起こすことを目指し応援する。そのための『情報交換』と『情報発信』を行います。
- 静岡市葵区両替町でシニアライフ支援センター「くれば」を運営しています。様々なセミナーや相談会など実施中です。ぜひ一度お立ち寄りください。

くればホームページ <http://www.kureba.org>



第10回団塊サミット申し込み用紙(FAX054-252-8018) ※申し込み締切日：1月18日(木)

|                                                        |          |
|--------------------------------------------------------|----------|
| ふりがな<br>氏 名                                            | 〒<br>住 所 |
| 電 話                                                    | E-mail   |
| 懇親会参加（ します ・ しません ）※懇親会費別途4000円 どちらかに○をつけてください。        |          |
| 今回の催し情報はどこで知りましたか？(ちらし・ブログ・会員からの紹介・facebook・その他) 複数回答可 |          |

※Eメールでの参加申し込みの場合は黒枠内にある必要事項を明記の上、お問い合わせのメールアドレスへお送りください。

お問い合わせ

NPO法人静岡団塊創業塾 シニアライフ支援センターくれば

☎ 054-252-8018 <http://www.dankai.org>

📍 静岡市葵区両替町2-3-6

✉ [welcome@dankai.org](mailto:welcome@dankai.org)

団塊創業塾

検索

最新情報はブログで！