

社協の「老いてますます元気」講座

第10章「笑いで健康談義」

今年で社協の「老いてますます元気」講座も10回目を迎えます。

今回の講師は、医薬品(卸)販売営業職を定年退職され、その後老人介護施設に勤務されました。引き続き高齢者福祉事務所に勤務されて、こうした職場を通して得た「健康寿命への教科書」をお話されるので好評です。その回数は、当地区で250回目近くになります。

氏が強調される三つの自助努力「自己管理」と「五感の力」と「笑いの力」が健康寿命へのキーワードになっています。体験を通して事例を挙げながら、時には遠州弁が出たり、「あの頃は・・・」と自分史を重ねながら、笑いの花咲く笑和(笑話・笑輪・昭和)の場へ皆さんをご案内して下さると思います。

ご期待の程を！

なお、下記のように開催しますので、皆さまの多くのご来場をお待ちしています。

申込みは不要ですので、直接会場へお越しください。

1. 日時 **3月3日(土)10:00~11:30**
2. 場所 **佐鳴台協働センター ホール**
3. 講師 浜松市生涯学習・湖西市「達人録」・磐田市「学びの師」講師認定
とくし
島 篤史 氏
4. 演題 **「笑いで健康談義」**