

自分らしくイキイキと過ごすために

# 老いと上手につきあう

～年を重ねることは美しい～

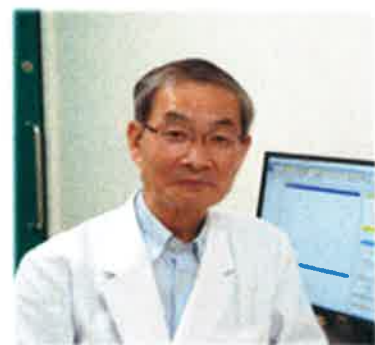
- 地域包括支援センターとは？

- 「特別講演」 取手市高齢福祉課

## 老いと上手につきあう方法

講師：高橋 龍太郎先生

これからの人生を  
イキイキと！



- ・多摩平の森の病院 院長
- ・東京都健康長寿医療センター研究所 前副所長

この講演会は、老いと上手につきあい自分らしく生活していくには、日ごろからどのように考え、暮らしていけばよいかのヒントを得られる内容となっています。ぜひお聞きいただき、こころとからだの健康を保ち、日々を過ごしていただきたいと思っています。どなたでもお気軽にご参加ください！

日時：令和元年 6月29日（土）

開場 13：30 開演 14：00 閉会 16：00

会場：取手ウェルネスプラザ・セミナールームAB（取手駅西口）

※駐車場（有料：60台）に限りがある為、できる限り公共交通機関をご利用ください。

定員：100名（申込み・先着順）

参加費：無料

主催：地域包括支援センターはあとぴあ

共催：取手市



申込先 TEL0297-71-3210またはFAX0297-71-3212