

人生100歳時代 きたる! -90歳以上200万人を突破-

笑い与健康 ~取り戻せ! 元気・本気・ヤル気~

【講師】

ヘルスコーディネーター

ほんだ いさお
本多 功夫 氏



「健康＝心の持ち方」をテーマに輝いて生きるためにはどうすればよいのか。『仕事・人生』への元気・本気・ヤル気について持論を展開し、全国の官公庁・企業・教育機関などで精力的な講演・コンサルタント活動を行っている。「笑い」の絶えないユーモア溢れる楽しくタメになる講演は、「笑い元気の伝道師」として聴衆の「感動と共感」を創造する。

講演内容

- ◆笑顔がクスリ
- ◆免疫力を高める生活習慣
- ◆笑いがイチバン!がん予防
- ◆にんげん、老いたら・アカン

◆日時：令和元年 **11月28日**(木) 14:00～16:00

◆会場：上田商工会議所 5階ホール (上田市大手 1-10-22)

◆定員：100名 ◆受講料：無料

●お申し込み：上田商工会議所 TEL.0268-22-4500 FAX.0268-25-5577

主催：上田商工会議所 生活関連サービス業部会

後援：上田市 / 上田市医師会 / (公社)上田地域シルバー人材センター

※会場の駐車場には台数に制限がございますので、できるだけ相乗り、または公共交通機関をご利用ください。

健康管理セミナー『笑い与健康』参加申込書 FAX.25-5577

フリガナ		TEL	
事業所名		FAX	
所在地			
氏名(フリガナ)	氏名(フリガナ)	氏名(フリガナ)	

※ご記入いただいた個人情報については、今後上田商工会議所が行う講習会のご案内に利用させていただく場合があります。