

横浜新緑総合病院 みんなの健康講座



いつまでも若々しく
元気なお年寄りであるために



日時 平成30年4月21日（土）午後1時30分～

講師 医療法人社団三喜会 副理事長 桐田 孝史

超高齢社会を迎えて既に10年以上が経過しました。現在、高齢者（65歳以上）は4人に1人ですが、2025年には3人に1人になります。どうすればお年寄りがいつまでも若々しく元気に過ごせるのか。食事、運動、生きがい、健康診断など多方面からお話いたします。

多くの人生経験を持ち、世の中の出来事に柔軟に対応できる老年期は成熟期です。

これからはお年寄りの時代なのです。



◇参加費無料 当日参加可 定員50名

◇会場 十日市場地区センター 2階
中会議室（十日市場駅徒歩5分）

※駐車場はありません

◇お問合せ 地域医療連携室

直通 045 (984) 6216

代表 045 (984) 2400

次回のみんなの健康講座

全身と皮膚疾患

日時：平成30年5月19日（土）

講師：横浜新緑総合病院 皮膚科副部長 松岡 百合子