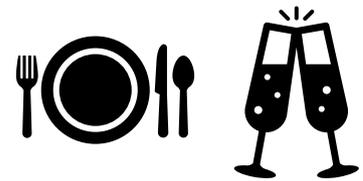


<生涯学習> 講演内容

「自分の足でトイレに行けて、自分の手で箸を持って、長寿を全うするにはどうしたらよいか。」

講師 小竹^{こたけ} 治子^{はるこ} 先生 (健康管理士、上級指導員)



令和5年度の14期校友会行事として講演会を企画しました。さいたま市生涯学習情報システムからリアルで生活に根差した具体的な内容の講演を選びました。講師の小竹先生はお話される内容から講演を各所で行っているエネルギッシュな方です。私たちにとって大変参考になるお話を聞かせてくれると思っています。これからの健康増進のために、多くの方の参加申込をよろしく願いたします。

記

1. 日時 令和6年(2024年)2月27日(火) 開場 9時30分

講演時間 10時00分～11時30分

2. 場所 武蔵浦和コミセン8階 第8+9集会室

3. その他 参加費用は無料です。14期の講演会ですが、参加ご希望の方が

いらっしゃいましたら2月10日までにメールで人数の報告を

14期：石井まで願いたします。

以上