

# 第15回わくわく健康講座

(広島市 いきいき活動ポイント講座)

**日時** : 令和 3 年 5 月 23 日 (日)

13:00 ~ 15:30

**講師** : 見玉 忠 則 (こだま ただのり)

**テーマ** : 健康長寿の実現ポイント ~脳卒中からの生還と日々の生活~  
『地域活性研究会』の発足案内

心身の健康を維持しながら張りのある人生を過ごすには、高齢者は、日々健康が低下→下りのエスカレーターに乗っている状態。

そこで、アンチエイジング=抗加齢が必要、それには下りエスカレーターを逆に昇る覚悟が必要となる

## 見玉 忠則(こだま ただのり)さんのプロフィール



- ・1943年大阪生まれ、竹原育ち
- ・1966年立教大学経済学部卒業  
同年広島銀行入行
- ・香港駐在員事務所開設、初代所長
- ・ロンドン支店開設初代支店長
- ・総合資金理事部長・今治支店長
- ・法人営業部理事部長支店長・社会福祉法人施設長
- ・関連会社、システム会社役員
- ・竹原市代表監査委員
- ・独法雇用能力開発機構 嘱託
- ・中小企業診断士史上最年長  
71歳で合格
- ・コダマ経営代表
- ・(一社)地域研修センター理事長

## 広島市社会福祉協議会

広島市南区松原町 5 番 1 号  
BIG FRONT ひろしま 6階  
TEL : 082-264-6416

主催: プラチナクラブ

協賛: 農・食・医 同源研究センター

## プラチナクラブ

この団体は健康で心豊かな生きがいのある人生を送るために、心身の健康と美を得る為の講座を開催する。会員相互の交流を通して人生100年時代を「プラチナ」のように輝いて生きることを目的とする。 代表 二條未鈴



参加申込書 (会費 2,000 円)

皆様のご出席を心よりお待ちしております

住所 :
氏名 :
電話番号 :
メールアドレス :