

たまには一番だいじなことを考えよう

# 健康って 何ですか？ と聞かれたら

今日からちょっと健康になれるノウハウをやさしく解説します。

参加  
無料

講演内容：◇健康には定義がある！ ◇なぜ、日本人が長寿なのか？ ◇今後の日本の平均寿命ランクは後退！？ ◇では、どうしたらよいか？ ◇古人の智慧を学ぼう！ ◇今日からできる心身の健康ワンランクアップ術 などなど

お気軽に  
ご参加ください

2021  
11/14日 開演/10:00  
(終了/11:30)

申込 [https://juntendo-ac-jr.zoom.us/j/9v46N5HkxCT4?fbclid=IwAR3fzMW8Zb\\_HsP\\_ku8mfq7Z1-Cs5f3slTQISe\\_dnH3CkyIXSCiPK7-LLyqW](https://juntendo-ac-jr.zoom.us/j/9v46N5HkxCT4?fbclid=IwAR3fzMW8Zb_HsP_ku8mfq7Z1-Cs5f3slTQISe_dnH3CkyIXSCiPK7-LLyqW)

講師 清水昭

医療法人 瑞穂会 理事 統括院長  
福島県立医大 災害医療支援講座 特任教授  
NPO法人健康医療開発機構 理事



QRコードからお申  
込みいただけます

本セミナーはZoomによる開催です。ご参加にはインターネット環境とパソコンあるいはスマートフォンが必要です。



清水 昭

順天堂大学卒。脳神経外科として腕を磨き、ニューヨーク州立大学、防衛医大で講師を務め、指導医として官・民の医療施設で診療・教育・研究に従事。定年退官後現職。臨床の傍ら、日本人の健康底上げのための活動を推進。

●お申込・お問合せ

一般社団法人JrSr

〒104-0061

東京都中央区銀座1-20-14-8F

メール [jrsroffice@jrsr.or.jp](mailto:jrsroffice@jrsr.or.jp)

URL <https://www.jrsr.or.jp/>