

# ／老い／楽しんでいますか？




**参加者募集中!**


## 第18回東京都医師会 都民公開講座 「フレイル・認知症」を知って、楽しく健康長寿

**プログラム 1** 笑う門には健康来たる? ~医学で解き明かす「笑い」の効果~

笑いの医学的効果をわかりやすく説明するとともに、笑い体操と組み合わせた笑トレで、笑いの健康効果を体感していただく実践型の講座です。




**【講師紹介】** 大平 哲也氏  
福島県立医科大学医学部疫学講座 主任教授  
笑い与健康についての実践的研究を行っている。テレビやラジオにも多数出演。



**【講師紹介】** 高田 佳子氏  
日本笑いヨガ協会 代表/  
株式会社アートランド 代表取締役  
全国で笑いに関する講演や研修・指導に奔走中。

**プログラム 2** だじゃれde健康

だじゃれは脳の活性化の有効性が実証されています。楽しくコミュニケーションを取りながら笑顔(え〜顔)になれるワークショップをお届けします。



**【講師紹介】** 鈴木 英智佳氏  
(一社)日本だじゃれ活用協会 代表理事  
だじゃれを活用して世の中に笑顔と希望をもたらすべく、全国各地をファンリ回る。

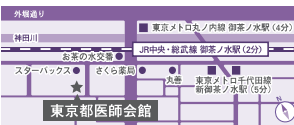
**事前予約制**

第1回開催 **10/14(月祝)** 9/16(月祝) 応募締切

第2回開催 **12/8(日)** 11/10(日) 応募締切

(開場)13:00 (開演)13:30 (終了予定)16:30  
※両日とも同じプログラムで開催します。


**会場: 東京都医師会館**  
〒101-8328 東京都千代田区神田駿河台2-5



**応募方法**

①参加希望日②郵便番号③住所④氏名(フリガナ)⑤年齢⑥性別⑦電話番号⑧同伴者(1名まで可、同伴者がいる場合は同伴者氏名・年齢・性別)を明記のうえ、はがき・FAX・応募サイトでご応募ください。※両日のご応募も可能ですが、当選はどちらか1日のみとなります。※応募人数が各回250名以上になった場合、厳正なる抽選のうえ、10月開催分は9月下旬、12月開催分は11月下旬の抽選券の発送をもって発表にさせていただきます。【はがき】〒174-0042東京都板橋区東坂下2-7-7 東京都医師会イベント事務局【FAX】03-4477-5021【応募サイト】https://tokyo-medical-association.jp/form/pub/t-m-a/tomin【お問い合わせ】東京都医師会イベント事務局 TEL:0120-121-972(10:00~17:00 土・日・祝日を除く)【締め切り】(10月開催)2019年9月16日(月・祝)必着(FAX、応募サイトは23:59まで)(12月開催)2019年11月10日(日)必着(FAX、応募サイトは23:59まで)※東京都医師会のホームページから応募サイトへアクセスできます。※お預かりした個人情報厳重に管理し、抽選券の発送以外の目的で利用することはありません。■主催:東京都医師会 ■共催:朝日新聞社

応募サイトはこちら!



**東京都医師会** 検索

健康を、もっと楽しもう



公益社団法人 東京都医師会