

第92回新おりひめの会

未来は変えられる！
今をどう生きるか考える会

女性のこころとからだ

全5回シリーズ ～第2弾～

座談会

『 ナチュラルエイジングのすすめ
～自分らしく生きるコツ 』



「諦める」ということは決してマイナス思考ではなく、本当の意味は「明らかに究める」ということだそうです。勇気をもって現実を直視するつまり目をそらさず、ありのままを受け止め覚悟することだろうと思います。

人生 100 年時代を迎えるにあたり、無理なく自然に歳を重ねて自分らしく生きることを皆さんと一緒に考えてみたいと思います。やみくもにアンチエイジングに走ることなく女性のからだ・女性ホルモンの仕組みをよく知っておくことも大切です。自分のこれからをもう一度見つめなおし、正しい情報を選択した上で、理想的なエイジングライフを目指しましょう。

平成 31 年 5 月 15 日 (水)

14:00～15:30

春日クリニック 3階 はるかぜホール

先着 30 名で
締切りです

《年間予定》

第91回 3月13日(水)【更年期への取り組み 20年のあゆみ～夫婦で語るこれまでこれから】

第92回 5月15日(水)【ナチュラルエイジングのすすめ】

第93回 7月 日()【更年期の新しい考え方・とらえ方】

第94回 9月11日(水)【私もうつ、あなたもうつ】

第95回 11月13日(水)【自分の最期は自分で決める～人生会議って何】

おりひめの会事務局

TEL : 096-351-7151

FAX : 096-351-7152

kangobu@seisinkai.or.jp