

抗加齢で、いつまでも若々しく健康的に生きよう！

町民カレッジ Vol.4

「アンチエイジング講座」

誰しも、いつまでも若く健康でいたいですよね！でも、ただ願っているだけではなく、アンチエイジングについてを学び、自分らしく生き生きと毎日を過ごしてみませんか？

講師 満岡 孝雄 さん

小田 慶子さん《※12月3日、3月3日担当》

(日本抗加齢医学会指導士・管理栄養士)

日時：10月15日、11月5日、19日、12月3日、17日

1月21日、2月4日、18日、3月3日、17日

木曜日 14:30~16:00 全10回

対象：一般20名（応募者多数の場合抽選）

受講料：コースで申込みの場合 3,000円

単発受講の場合1回500円

持ち物：筆記用具など

締切：10月8日（木）

※定員に余裕があれば 途中からの受講も可能ですので、お問い合わせ下さい。



●プロフィール●

満岡孝雄（みつおかたかお）。長崎県出身。北海道大学医学部卒業。医学博士。英国ロンドン大学、米国トーマスジェファーソン大学留学。長崎大学医学部講師、北海道大樹町立病院長を経て、1999年帯広にて満岡内科・循環器クリニックを開業。日本・欧州・米国の心臓病学会のフェローのタイトルを有する日本でも数少ない心臓病・不整脈専門医。2005年より究極の最先端予防医学であるアンチエイジング医療に関心をもち、2010年北海道で初めての日本抗加齢医学会認定医療施設に認定。日本抗加齢医学会専門医・評議員。NPO 更年期と加齢のヘルスケア認定シニアメノポーズカウンセラー。NHP International 認定メディカルサプリメントアドバイザー。日本サプリメント学会認定サプリメントアドバイザー。

（カリキュラム）

1. 若さを保つアンチ・エイジングの知恵
2. 先進医学でわかった健康長寿法
3. 美しく若さを保つための秘訣
4. メタボ大作戦
5. 女性更年期とは
6. 男にも更年期がある！
7. あなたのサプリは必要ですか？
8. 目・脳・運動器の若さを保つサプリと運動
9. 筋肉維持の食生活と運動～いつまでも自分の足で歩く～
10. 認知症にならないために

※内容が変更になる場合があります。



お申し込み・お問合せ

幕別町百年記念ホール

担当：酒森

TEL (0155) 56-8600

FAX (0155) 56-8602

Mail: info@m100.jp