



## 「人生100年時代の養生訓」



### 内容

日本人の平均寿命と健康寿命のギャップは男女とも約10年です。その10年間に、歩けなくなる、食べられなくなる、認知できなくなるなど、様々な問題が噴出します。

この10年を健やかに過ごすには、「筋肉」が大切です。最新の老年医学の知見と地域医療の経験から、誰にでもできる「人生ラスト10年の難問」の対処法をやさしく伝授したいと思います。

あきやま かずひろ



講師

# 秋山 和宏 氏

(医学博士、MBA (経営学修士))

### プロフィール

医療法人財団松園会 東葛クリニック病院 副院長／東葛クリニックみらい 院長  
一般社団法人 みんなが みんなで 健康になる (旧 チーム医療フォーラム) 代表理事  
1990年 防衛医科大学校、2007年 多摩大学大学院経営情報学研究科卒業。  
地域医療に携わりながら、社会起業家として、いのちをテーマにしたプレゼンイベント MED Japanおよび人生100年時代のための「医歩の学校」を主宰している。  
主な著書／『人生100年時代の養生訓』、『医療システムのモジュール化』

2021年

# 12月9日 (木)

## 19:00～20:30

(18時45受付)

### オンライン研修



ご自宅、職場等お好きな場所からご参加できます当日はPC、タブレット、又はスマホをご準備下さい。

招待者は主催者から送られる招待URLをクリックし、アプリをダウンロードすればweb会議に参加できます(非常に簡単です)当日、URLをお知らせします。

お申し込みの方は、恐れ入りますが、下記参加者申込書をFAXにて、**2021年12月2日 (木)**までにご返信くださいますようお願いいたします。

【主催】株式会社エスエムピー SKIPPER's 運営事務局

〒104-0061 東京都中央区銀座8-17-5 アイオス銀座10階  
TEL: 03-6228-4551 FAX: 03-6228-4533 URL: <http://smp-tax.com/>

### 2021年12月9日 (木) SKIPPER's 12月研修会 参加申込書

会社名	TEL	
お名前	FAX	
	E-mail	
	参加人数(合計)	名様

## ご返信用FAX番号：03 - 6228 - 4533