

## 「生き生き塾」令和3年12月定例会

### < ご案内 >

生き生き塾 事務局

各地から冠雪の便りが入り、冬の到来を感じる今日この頃ですが、如何お過ごしでしょうか？

このところ新規感染者も大幅に減少し、ちよっぴり安心出来る日常生活になって参りました。ただ、コロナの感染拡大が収束した訳ではありませんので、これまで通り感染予防対策の励行を宜しくお願い申し上げます。

「生き生き塾・12月例会」を下記の通り開催致しますのでご案内申し上げます。

1. 日 時 : 令和3年12月11日(土) 14:00 ~ 16:00

2. 場 所 : グループホーム「和名ヶ谷ほたるの里」洗心法人棟2階

〒270-2232 千葉県松戸市和名ヶ谷 664-1 (Tel) 080-7934-8685

3. 内 容 :

(1) 講演「“これからの食生活”について」

(有)穀物菜館 副社長)

藤崎 建司 氏

コロナ禍での食生活の変化や、その中で安全で健康的な美味しい食事を摂るにはどうすれば良いのかをお話して頂きます。

また、日々の食事メニューで困っておられる方や独居の方に手軽に栄養価の高い食事が摂れるメニュー・レシピもご紹介して頂きます。

(2) 講演「“東久邇宮文化褒賞”を受賞して」

(ホウヨウネット(株)代表取締役

兼 (株)プラズマ化学取締役社長)

久保木 豊 氏

これまで医療機器や農業、畜産の肥料・飼料販売で社会活動に尽力、貢献された功績が認められ、この度芽出度く“東久邇宮文化褒賞”を受賞されました。

そのご活動の内容や受賞された経緯についてお話して頂きます。

(3) 基調講演 (医療法人社団洗心 理事長)

島村 善行 塾長(医学博士)

4. 会 費 : (参加費) 1,000円

5. お願い事項

(1) 参加に際しましては、事前検温とマスク着用のうえご参加願います。

(2) 当日の体調がすぐれない場合のご参加はご遠慮願います。

以上