



鎌田 實 講演会



生きているってすばらしい

病気は1つや2つあってもいい!
90歳まで好きなように生きれるための健康づくりについてお話しします。

- ・認知症・脳卒中・フレイルにならない生き方
- ・気力・好奇心・思いやりが鍵
- ・意識して変われば脳卒中にも倒れない

※フレイルとは
病気ではないが、年齢とともに筋力や心身の活力が低下し、健康と要介護の間の虚弱な状態のこと。しかし早く介入して対策を行えば元の健康な状態に戻る可能性があります。

講演者プロフィール

鎌田 實 かまた みのる

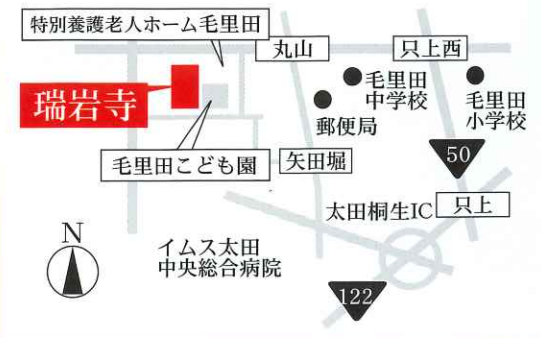
東京医科歯科大学医学部卒業後、諏訪中央病院へ赴任。30代で院長となり赤字病院を再生。地域包括ケアの先駆けを作った。チェルノブイリ、イラク、ウクライナへの国際医療支援、東日本大震災以降、全国被災地支援にも力を注ぐ。現在、諏訪中央病院名誉院長、日本チェルノブイリ連帯基金顧問、JIM-NET顧問、地域包括ケア研究所所長、風に立つライオン基金評議員(他)。武見記念賞受賞。

主なメディア出演

- | | |
|-----------------------------|----------------------|
| 「課外授業ようこそ先輩」(NHK) | 「世界一受けたい授業」(日本テレビ) |
| 「news every.」(日本テレビ)レギュラー出演 | 「カンプリア宮殿」(テレビ東京) |
| 「徹子の部屋」(テレビ朝日) 2回出演 | 「スタジオパーク」(NHK) など多数。 |
| 2024年クローズアップ現代(NHK) 4回出演 | |
| 「林修の今知りたいでしょ!」(テレビ朝日) | |

2025年 **3月30日** 日曜

時間 開場9:30 開演10:00~
料金 **3,000円**
会場 慈眼山 瑞岩寺 新書院
太田市矢田堀町388



主な著書
ベストセラー「がんばらない」(テレビドラマ化)
「鎌田式『スクワット』と『かかと落とし』」(集英社)
「鎌田式 長生き食事術」(アスコム)
「長生きたまご」(サンマーク出版)
「鎌田式たった10秒スロー筋活」(KADOKAWA)
「笑って健康と幸せをつかむ24の方法」(婦人之友社)
「60歳からの『忘れる力』」, 「鎌田實の人生図書館」(マガジンハウス)
紙芝居「かまた先生のアリとキリギリス」(童心社・五山賞受賞) など多数。

FAXでお申し込み

FAXでお申し込みの方は、必要事項をご記入になり下記のFAX番号まで送信してください。

氏名 (代表者)	年齢	電話番号	参加人数 人
住所 〒 -	メールアドレス		

お申し込みFAX番号 **FAX 0276-37-5535**

e-mailからのお申し込み 下記のアドレスよりお申し込みください

info@morita-mutsumikai.com



まるでホテルのように キレイでオシャレ!

リビング

リゾートホテルを作るような手順で、内装もおしゃれに演出



中庭

介護サービスとしての肉体的な豊かさだけでなく、精神的に豊かになれるとっておき空間



居室

機能的で安全な介護施設じゃつまらない。ずっと居続けたいようなデザイン居室



退院するけど、自宅での生活が困難で介助が必要

老々介護で、この先の暮らしがとても不安・・・

こんなお悩みの方にこそ
利用して欲しい新しいタイプの介護施設です。

利用
対象の方

- ・太田市在住の方
 - ・要介護3以上の認定を受けている方
- ご自身のタンスや仏壇なども持ち込み可能! 自分にあった居心地のいい空間を作ることが出来ます。

主催



もりたむつみかい
社会福祉法人 毛里田睦会

〒373-0016群馬県太田市矢田堀町388-3

TEL0276-37-1138

FAX0276-37-5535

e-mail info@morita-mutsumikai.com

Website http://www.morita-mutsumikai.com

ブログ http://ameblo.jp/zuiganji/