

# 「人生100年時代とスポーツ ～脳も身体も健康に～」

テレビや著書でおなじみ、中京大学名誉教授の湯浅先生をお招きし、すぐに実践できる運動や、これから役立つお話を聞きます。

当日は、ご高齢の方も参加できる内容になっています。老若男女を問わずぜひご参加ください。またとないチャンスですよ！

令和5年 **1月15日(日)** 10:00～11:30

会場 井郷交流館 2F大会議室

**講師 湯浅 景元 先生 (中京大学名誉教授)**

服装 動きやすい服装 (椅子に座っての運動程度に対応できるように)  
 持ち物 飲み物 (お茶・水等)  
 参加費 無料  
 \* 常時マスク着用、検温、消毒などのコロナウィルス感染防止対策をお願いします

下記に記入の上申込み下さい

締め切りは12月17日(土)

自治区 ( 下古屋 天道 高町 井上 御船 )

組	氏名	電話番号	組	氏名	電話番号

※お申し込み・お問い合わせは、下記自治区役員まで。

地区	役員	電話番号
下古屋地区	山口 慎太郎	090-4163-9506
	中根 勝幸	090-2943-0641
高町地区	奥村 公朗	090-3454-4785
	川瀬 裕也	45-5171
御船地区	山田 辰夫	45-6175
	鎌田 誠	090-8555-9325
井上地区	浅岡 淳司	090-5637-9925
	児嶋 勇吾	090-7675-7506
天道地区	武山 洋行	090-3586-3552
	加藤 朋子	090-1825-2353