

シニアライフ・サポート講座

# どうすれば健康で 長生きできるか？

衣食住の観点から  
漢方医・西洋医として40年の経験を基に考える。

東洋医学か、西洋医学か  
玄米採食か、糖質制限か  
健康を維持する住環境とは



日時 12月2日(土)14時～15時30分

場所 (公社)芦屋市シルバー人材センター

はつらつ館2階 会議室

講師 吉田内科クリニック

吉田光範 院長

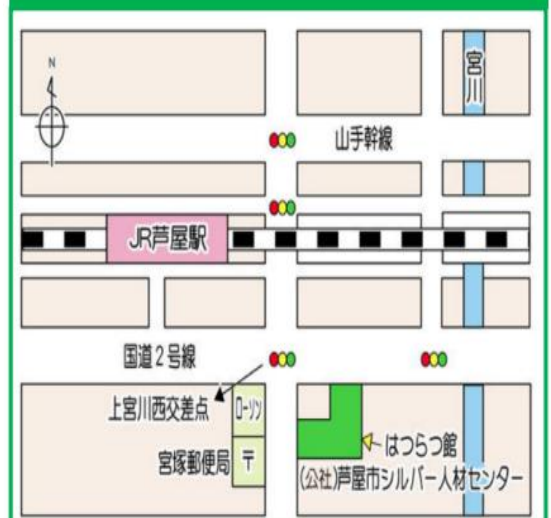
参加費 500円(当日受付で支払い)

申し込み 32-1414

芦屋市シルバー人材センター

先着25名様とさせていただきます。

場所：はつらつ館



主催 芦屋市シルバー人材センター  
シニアライフ・サポートグループ