

アンチエイジング実践会・会員 受講済・受講予定の方へ  
クラウドファンディングの本の出版へ寄付して頂いた方へ

: 不要の場合はお知らせください

# アンチエイジング・ニュース

第 50 号 05 月号 発行日 2024 05 05  
電話 090-9320-2714 FAX 050-3730-5466  
E-Mail : [Antiaging10k@gmail.com](mailto:Antiaging10k@gmail.com) 実践会用  
: [10Kkaiinn@gmail.com](mailto:10Kkaiinn@gmail.com) 会員用

アンチエイジング実践会・会報 〒343-0816 埼玉県越谷市弥生町 16 番 1 号 越谷ツインシティ B シティ 5 階  
編集・発行: 越谷市市民活動支援センター・メールボックス NO10 アンチエイジング実践会

**重要なお知らせ** アンチエイジング実践会はボランティア団体で、営利を目的としない、市民の自主的かつ主体的な公共活動への参加を促進する団体です。(例えば MLM の方は参加できません)

**HP を開設いたしました 拡散をお願いします** <https://antiagingnews.jimdofree.com/>



**第 24 回「健康まつり」5/10(金)10:30 開場 / 11:00 開演 !! 越谷サンシティ小ホール**  
入場料無料・予約不要 来場者に新刊無料プレゼント 問合せ 048-990-0533  
健康講演 周東寛健身会クリニック理事長 「動物の健康は、たんぱく質の摂取と運動&ミトコンドリア」

「老化は治せる病気」です。越谷市の無料健康診断を受診しよう!!  
早期発見・早期治療は老化対策効果を高める。申し込み用紙は 5 月 / 下旬に各家庭に発送開始され  
6/1 から指定医療機関で無料で受診できます。自然治療と医療的ケアは下記講座で解説します。

今後の講習の予定のお知らせ 「あなたの生活費内で、できる画期的な若返り法」  
「老科の原因と対策、知識と実践の最新版。2024 年版が贈る、日々進歩のアンチエイジングの最前線」

- ▼CafeTOMO 【日時】令和 06 年 5/27(月)13:00-15:00 ▼【定員】30 名 ▼【持物】筆記具
- ▼第 12 回勉強会 【日時】令和 06 年 6/29(土)13:30-15:30 ▼【定員】80 名 ▼【持物】筆記具
- ▼第 13 回勉強会 【日時】令和 06 年 7/27(土)13:30-15:30 ▼【定員】30 名 ▼【持物】筆記具
- ▼知恵袋講座 【日時】令和 06 年 9 月。日程確定次第広報 ▼【定員】30 名 ▼【持物】筆記具

▼【費用】講座:無料 教材費 四六版 P168 ¥1,000 教科書をすでにお持ちの方は持参ください。

▼【対象】若返りを目指すかたはどなたでも(物販を目的にする方は応募できません)

▼【会場】越谷市市民活動支援センター 越谷市弥生町 16 番 1 号 越谷ツインシティ B 5 階

▼【問合せ】☎:090-9320-2714 Fax:050-3730-5466 メール: [Antiaging10K@gmail.com](mailto:Antiaging10K@gmail.com)

## 越谷市アンチエイジングイベントのご案内

### 歯科健診・相談～歯つらつ!お口の健康～

- ▼【日 時】6 年 5 月 22 日(水)午後 1 時 30 分～3 時 00 分
- ▼【会 場】保健センター
- ▼【対 象】市内在住 20 人(年齢は問いません)
- ▼【申込み】健康づくり推進課へ電話または電子申請
- ▼【問合せ】健康づくり推進課(越谷市保健センター)  
☎048-960-1100

### 骨粗鬆症健診

- ▼【日 程】6～8 月に、以下の会場で実施を予定しています。
- ▼【会 場】桜井地区センター・保健センター・蒲生地区センター・北部市民会館・越谷コミュニティセンター
- ▼【内 容】かかとの骨の超音波骨密度測定
- ▼【対 象】20 歳以上の女性
- ▼【持ち物】タオル・保険証
- ▼【費 用】1,000 円
- ▼【問合せ】健康づくり推進課
- ▼【申込み】4 月 15 日(月)から市ホームページより予約システムで申込み(保健センター)  
☎048-960-1100

## 熟年者学級

いつまでも健康で心豊かに生活するため、仲間を作り積極的に生きがいを見出すための機会として開催します。

- ▼【対 象】地区内在住の熟年者(65 歳以上) ※原則、4 回全てに参加できる方
- ▼【定 員】30 名(先着順)
- ▼【主 催】北越谷公民館、北越谷桜梅会
- ▼【会 場】北越谷地区センター・公民館 他
- ▼【費 用】無料※館外学習は一人 3,000 円
- ▼【申込み】5 月 22 日(水)8:30～5 月 30 日(木)17:15 までに館外学習参加費を添えて、本人が直接 北越谷地区センター・公民館へ(電話不可)
- ▼【問合せ】北越谷地区センター・公民館  
☎048-976-5758

### 「健康ウォーキング」

- ▼【日 程】6 月 13 日(木) 13:30～15:30
- ▼【講 師】元バルセロナオリ ンピック競歩 50km 日本代表 園原 健弘氏

### 「心も元気!脳も元気!楽しく健康づくり!!!」

- ▼【日 程】6 月 27 日(木) 13:30～15:30
- ▼【講 師】埼玉県レクリエー ション協会 指導専門委員会 指導委員 山森 澄子氏