



# 徳川家康の健康術

## ～生涯現役の秘訣ここにあり～

戦国時代を生き抜き、天下を手中に収めた徳川家康は、戦国武将きっての健康オタクとして知られています。食事は質素ながら栄養満点を目指し、筋肉隆々の体格をつくりました。その結果、江戸時代の平均寿命が30～40歳と考えられている中で、75歳で大往生を遂げ、まさに神の君となったのです。そんな家康を見習って、人生100年時代を生き抜く秘訣を伝授します。ぜひこの機会に、生涯現役を目指してみませんか？

### セミナー

申込締切  
11月17日  
(金)



- ◆日時 令和5年12月1日(金)  
14時30分～17時  
(14時より受付)
- ◆場所 神奈川県不動産会館 5F 大会議室
- ◆演題 徳川家康の健康術  
～生涯現役の秘訣ここにあり～
- ◆講師 医学博士・医学ジャーナリスト 植田 美津恵 氏
- ◆受講料 無料
- ◆定員 100名(※先着順 定員になり次第締切ります)



### 懇親会

- ◆時間 17時30分～19時30分
- ◆会場 東天紅／横浜市中区桜木町 1-101-1 横浜桜木町ワシントンホテル 24階
- ◆会費 6,000円(税込) フリードリンク付き  
◇名札に使用しますので当日は名刺を一枚ご持参ください  
◇申込締切(11月17日)を過ぎた参加費の返金はいたしかねます。  
◇申込書・参加費振込の両方の確認をもって、申込手続きといたします。
- ◆定員 80名(先着順 定員になり次第締切ります)

**当日はZOOMを使用したオンラインセミナー同時開催！！**  
**オンラインセミナーを希望の方は詳しくは下記HPをご覧ください！！**

※オンラインセミナー定員：500名(来館による定員を含みません)

<https://kanagawa-takken.or.jp/association/training/seminar/27982/>





# 徳川家康の健康術 ～生涯現役の秘訣ここにあり～

## 来館専用参加申込書

日 時 令和5年12月1日（金）

セミナー 14時30分 ～ 17時

懇親会 17時30分 ～ 19時30分

懇親会への参加を希望される方は、参加申込後、別途振込案内を送付します。

以下に必要事項をご記入のうえ、FAXまたはメールにてお申込みください。

FAX：045-633-3031 mail：soumu02@kanagawa-takken.or.jp

お問合せ TEL：045-633-3030

免許番号	商号		氏名
知事 大臣			
事務所所在地		電話番号	
〒			
懇親会			
参加 名		不参加	
懇親会費振込案内送付先			
FAX		mail	

**当日はZOOMを使用したオンラインセミナー同時開催！！  
オンラインセミナーを希望の方は詳しくは下記HPをご覧ください！！**

※オンラインセミナー定員：500名（来館による定員を含みません）

**<https://kanagawa-takken.or.jp/association/training/seminar/27982/>**

