

無料好評 21 回目 講座・2025 年最新版

『120 歳を目指して!! 老化は治せる病気』介護されない、自立した生活を目指す 老化を防ぐには: 体温維持の細胞(ミトコンドリア・長寿遺伝子) の働きを活性化し、生命力を取り戻す方法 連続講座

老化は美容の大敵であるだけでなく、認知症、高血圧、糖尿病、骨粗しょう症、肥満、がんなどの病気のきっかけにもなります。特に、認知症、高血圧、糖尿病、骨粗しょう症、肥満の方は、介護が必要になる優先度が高いとされています。これらの病気を既に発症している方や、病気が進行して介護が必要な方も、今からでも遅くありません。講座に参加して老化を防ぎ、健康長寿を目指しましょう。

この講座では、「自分ですぐに実践できる、コツ」をわかりやすくお伝えします。内臓を若返らせて、見た目も若々しい人生を送りましょう「介護される心配なく、若々しい体で、いつまでも自分らしく、好きなことをもって、楽しく長く続けたいあなたへ！」

老化の対策: 老化しない法: ミトコンドリア等

老化は「体温を維持する細胞」の機能を促進することで生命力を呼び起こして、老化を止め、健康的な長寿につながる。

自然治癒力を最大化・介護されない人になる

これなら続けられる! 新しい生活習慣

—具体的な実践方法を知ろう— 自立した生活を目指す

市の無料健康診断と医療的ケア・社会参加

市の無料健康診断で、自覚なき老化症状を早期発見⇒治療
社会参加は、15本のたばこをやめたことに匹敵する健康効果
講座の体験談と、実践成功事例から学ぼう

講座日程(10連続受講をお勧めしますが、単発受講も可能)

日時: 2025年5月24(土)

13時30分~16時00分

開催場所: 越谷駅前・越谷市市民活動支援センター活動室
越谷駅東口・交番横の越谷ツインシティ B シティ 5 階

対象: 若返りを目指す(特定の者の利益を目的としない)方

費用: 講座: **無料** (教科書: ¥1,000 希望者のみ)

定員: 先着順 30 名 (要申込み) 持物: 筆記道具

申込/問合せ → アンチエイジング実践会

電話: 090-9320-2714 FAX: 050-3730-5466

E-Mail: Antiaging10k@gmail.com

主催: アンチエイジング実践会 (年金協会・越谷分会会員)
(越谷市市民活動支援センター登録団体)

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



講師 笠井 忠夫

長寿対応の市民活動を行っている、
アンチエイジング実践会会長。

2018 年から 2023 年まで使用した教材を纏め、昨年度に『老化は治せる病気』というタイトルの本を出版し、Amazon でも販売しております。南は鹿児島から北は帯広まで、全国から大きな反響を頂きました。関東の複数の読者の中には活動支援センターで行われている、講座に出席された方も多数います。



申込書 FAX: 050-3730-5466

個人情報の取り扱いに関しては、本件以外では使用いたしません。

名前

電話番号:

ライン:

住所: 〒

FAX 番号:

メールアドレス: