



健康で長生き!! 生涯現役の暮らし方!!

ピンピンコロリな家造り

参加費
無料

《このままではアブナイ! 日本の住まい》

日本は世界に名だたる長寿国ですが、年をとってもピンピンしている健康長寿の人はそんなに多くはありません。

ただ長生きするだけでなく、私たちが望むのは、亡くなる直前まで元気に活動する“ピンピンコロリ(PPK)”の人生であり、不幸にして長期の寝たきりになって亡くなる“ネンネンコロリ(NNK)”ではないでしょう。では、身体とココロを健康に保ちながら、日々の生活を楽しく、有意義なものにする為にはどんな事を心掛ければよいのでしょうか。

講師

星 旦二教授(首都大学東京大学院・都市システム科学)
【ピンピンコロリの法則】の著者。



「健康に長生きするためには、決してむずかしいことはありません。ポイントを知り、日々の暮らしを大事にすれば、健康長寿を目指すことができます。又、健康な暮らしと家造りにはとても深い関係があるのです。」

健康長寿を目指す上で“健康3要素”、つまり『身体的に良好』、『精神的に良好』、『社会的に良好』がそろってはじめて健康であると示されたことが近年注目されています。

今回の講演会は健康長寿について考える良い機会になるはずですので、ピンピンコロリの法則にご興味をお持ちになった方、健康長寿の秘訣をもっと知りたいという方には、ぜひご参加頂けるようお待ちしております。

ご近所、友人知人お誘いあわせの上、ご参加ください。

【スケジュール】

主催	FPの家大阪支部
開催日	9月10日(土)
プログラム	13:30～ 受付開始
	14:00～ セミナー開始
	15:30～ セミナー終了、ご挨拶
	15:40～ 個別相談会
	16:30 終了
開催場所	大阪府大阪市中央区南本町2-1-1 サザンビル1F『THE DECK』 地下鉄 堺筋本町駅14番出口直結
参加費	無料
申込期限	9月5日(水)18時まで

【セミナー参加申込書】 FAX 072-948-5530

参加者1	
参加者2	
参加者3	

※申し込みについては、電話・FAXで受け付けておりますので、
お手数ですが、上記番号へ申込みの手続きをお願い致します。

当日は住まいに関する『なんでも相談会』も合わせて開催しています。

不動産 建築設計 ファイナンス 健康生活
の上、申し込みください。



《アクセス》

地下鉄堺筋線「堺筋本町駅」下車 14番出口直結

地下鉄御堂筋線、中央線「本町駅」下車 9番出口より徒歩6分

【会社案内】

☆燃費のいい家で豊かな暮らし☆

有限会社 ファーストプランテクノ

〒581-0885

大阪府八尾市神宮寺1-64

TEL 072-948-5567

FAX 072-948-5530

HP:<http://www.first-pt.com>