

主催／タウンニュース社
協力／Fine Villageげんき村

自分の身体は 自分で治す



～セルフケア・セルフメディケーションについての講座です～

健康を保つためには、病気を生活の一部として捉えて適切な生活に整え、自分の身体を自分でケアすることが大切です。

「病気にならない身体づくり」に向けたヒントをこの講座で見つけていきましょう。

日時

2025年3月19日(水)

午後2時～3時(1時30分開場)

講師

小笹 貴夫
(Fine Village げんき村創始者、おぞさ医院院長)

会場

うみかぜテラス集会室1F-1,2

定員

50人

参加費

無料

申込方法

うみかぜテラス窓口または電話、
ウェブ申込フォームから

申込期間

先着順 3月14日(金)まで

※講座の様子は写真・動画で撮影し、写真をHP等広報業務に使用する場合があります。ご了承ください。



医学博士 小笹 貴夫

世界で一番幸せな村「げんき村」の創始者。
しあわせ100歳の主治医
おぞさ医院院長



ウェブ申込
フォーム

げんき村のドクターが教える
「元気」であり続けるための秘訣

次回の
健康講座
開催予定

●102歳の医師 大いに語る

日時：4月16日(水) 午後2時～3時

会場：うみかぜテラス集会室2F-1,2

講師：小笹 慶資<社会福祉法人 慶寿会理事長>

※今後の講座名・開催日・内容等は予告なく変更となる場合があります。

茅ヶ崎公園体験学習センター うみかぜテラス

☎0467-85-0942

(9:00～21:00、休館日除く)

〒253-0055 茅ヶ崎市中海岸3-3-9

申込・
お問い合わせ



うみかぜテラス
公式HP

