「老いるショック」をのりこえて
～まだ大丈夫、老化は止められる！～

年齢を重ねると「体が衰えた、顔も老けた、なんだか病気がち」などと老化を強く感じてしまいます。しかし「歳だから…」と諦めているのではないでしょうか。ところが実は「加齢＝老化」ではないのです。近年、老化は回避できると考えられるようになっています。どうやら、毎日の「食」を見直すことでも、老化を遅らせることが出来そうです。「老化予防」ちょっと考えてみませんか？！

日　時：11月26日（木）
13：30～15：00（質疑時間を含む）

場　所：2階　多目的ホール

定　員：先着60名（申込制）

どなたでも
お気軽に
ご参加ください！

内　容：
- 「老いるショック」は3度来る
- 「がん」と「フレイル」との関係
- 日常にひそむ「老化」の原因
- 「食」で老化と病気を回避！

要介護リスク

持ち物：筆記用具

申　込：10月26日（月）～
定員になり次第終了

日本人のがんと
その現状



講師：東京理科大学
名誉教授　元 薬学部長・薬学研究科長
理学博士　深井 文雄　氏