



一般社団法人 日本秘書協会

〒106-0032 東京都港区六本木 6 丁目 2 番 31 号六本木ヒルズノースタワー 5 階 電話(03)5772-0701 FAX(03)3470-5228 <http://www.hishokyokai.or.jp>

第 58 回シニアフォーラムのご案内

姿勢と健康～健康寿命をのばす姿勢体力の作り方

街でビルのガラスに映った自分の姿を見てぎょっとした経験はありませんか？良い姿勢は若々しさと健康の基本と言われます。長年「姿勢と健康」を説いてこられた専門家から健康寿命をのばす姿勢と体力を作る秘訣を教えてください。あらゆる世代の皆さまにご参加をおすすめします。

＊ ＊ お申し込みはこちらから <http://www.hishokyokai.or.jp> ＊ ＊

日 時：	2020 年 3 月 24 日（火）	10：45	受付開始
		11：00	講演
		12：15	Q & A
		12：30	お弁当ランチ（13:40 終了）
会 場：	一般社団法人 日本秘書協会 研修室 東京都港区六本木 6-2-31 六本木ヒルズノースタワー 5F Tel.03-5772-0701 東京メトロ日比谷線六本木駅 1 b 出口接続、B1 駐車場手前のエレベーターで 5F へ 都営地下鉄大江戸線六本木駅 3 番出口より徒歩 10 分		
講 師：	碓田 拓磨（うすだ たくま）氏（早稲田大学「姿勢と健康」講師）		
参 加 費：	会員・一般 2,500 円（昼食代・消費税込 当日お支払いください） 前日、当日のお取り消しは参加費を頂きますのでご了承ください。		
申込方法：	http://www.hishokyokai.or.jp からお申し込みいただくか、日本秘書協会事務局宛に ファクスにてお申し込みください。お申込み受領のご連絡はいたしません。直接会場に お越しください。		

講師略歴 1967 年長野県生まれ。早稲田大学卒業後、(株)リクルートを経て渡米、ドクター・オブ・カイロプラクティックの学位取得。2002 年虎ノ門カイロプラクティック院開業。のべ 5 万人の施術と姿勢指導にあたる。一般社団法人日本姿勢教育協会会長。著書『心と体がかかわる姿勢のつくりかた』（洋泉社）他。テレビ出演 NHK『あさいち』、日テレ『世界一受けたい授業』、TBS『あさチャン』、フジテレビ『バイキング』他。

第 58 回シニアフォーラム申込書

____ 月 ____ 日

一般社団法人日本秘書協会行 FAX03-3470-5228 ☆切り取らずにそのままお送りください☆

ふり 氏	がな 名	勤務先・部署・役職	○をおつけください ・会員(法人・個人) ・一般
住 所(勤務先・自宅) ＊どちらか○をおつけください		電 話 番 号	E-MAIL
〒			

<個人情報の取扱いに関するお知らせ>

当協会は、行事参加者の個人情報の保護徹底に努めております。参加申込書にご記入いただくことで、以下に明記する個人情報の収集と利用について、同意いただいたものとさせていただきます。

【収集する個人情報】 上記申込書の記入事項 【収集した個人情報の使用】 ①参加者名簿の作成 ②資料・アンケート等の送付