

# 第63回アテナ・ミネルワ健康講座

## ためになるご住職のお話

～人生を楽しく生きるために～

皆さんは人生を楽しく過ごせていますか？世の中には人生を楽しく生きている人もいれば、そうでない人もいます。必要なものは？友人、時間、お金、家族、旅行、家、仕事、携帯、パートナー……。他に何かコツがあるのでしょうか？

今回は長く生きるだけでなく楽しく元気に生きていくためのお話です。この機会に是非ご参加下さい。

日時：平成27年3月17日（火）午後2:00～3:00

場所：老人保健施設ミネルワ 1階ロビー

講演：ためになるご住職のお話

参加無料



[講師] 眞言宗豊山派大音寺  
住職 澤田 文靖氏

[内容] ・腹式呼吸について  
・供養について  
・これからも元気に生きていくために

[対象者] 中高年の方（事前の申し込みをお願いします）

※健康チェック（筋肉量や骨量等を測定）を、午後1:30より実施します。

※介護相談を承りますので、お気軽にご相談ください。

（介護相談をご希望の方は早めにお越しいただきますようお願いいたします）

※アテナ、フォーライフミネルワ、ミネルワステイから無料送迎車が出ます。

（午後1:15発、3:15着予定）



お問い合わせ  
お申し込み先

居宅介護支援事業所アテナ  
ミネルワ居宅介護支援事業所  
居宅介護支援事業所フォーライフミネルワ  
単独型短期入所生活介護ミネルワステイ

Tel.089-907-1611（担当：浮田）  
Tel.089-972-3040（担当：土井）  
Tel.089-972-8080（担当：三好）  
Tel.089-972-7007（担当：橋本）