

アンチエイジング実践会・会員 受講済・受講予定の方へ  
クラウドファンディングの本の出版へ寄付して頂いた方へ

:不要の場合はお知らせください

# アンチエイジング・ニュース

第49号 04月号 発行日 2024 04 05  
電話 090-9320-2714 FAX 050-3730-5466  
E-Mail :Antiaging10k@gmail.com 実践会用  
:10Kkaiinn@gmail.com 会員用

アンチエイジング実践会・会報 〒343-0816 埼玉県越谷市弥生町16番1号 越谷ツインシティBシティ5階  
編集・発行: 越谷市市民活動支援センター・メールボックスNO10 アンチエイジング実践会



**重要なお知らせ** アンチエイジング実践会はボランティア団体で、営利を目的としない、市民の自主的かつ主体的な公共活動への参加を促進する団体です。(例えば MLM の方は参加できません)

**HP を開設いたしました 拡散をお願いします** <https://antiagingnews.jimdofree.com/>

**『老化は治せる病気』です。越谷市の無料健康診断を受診しよう!!**  
早期発見・早期治療は老化対策効果を高める。申し込み用紙は5月/下旬に各家庭に発送開始され6/1から指定医療機関で無料で受診できます。自然治療と医療的ケアは下記講座で解説します。

**今後の講習の予定のお知らせ 「あなたの生活費内で、できる画期的な若返り法」**

**「老いに立ち向かう、知識と実践の最新版。2024年版が贈る、日々進歩のアンチエイジングの最前線」**

- ▼ななサポ WK 展示【日時】令和06年4/23(火)-令和06年4/28(日) 9:00-21:30-  
ななサポ WK 展示【日時】令和06年4/29(月) 9:00-16:00
- ▼ななサポ WK 講座【日時】令和06年4/29(月)13:00-15:00 ▼【定員】30名 ▼【持物】筆記具
- ▼CafeTomo 【日時】令和06年5/27(月)13:00-15:00 ▼【定員】30名 ▼【持物】筆記具
- ▼第11回勉強会【日時】令和06年6/29(土)13:30-15:30 ▼【定員】80名 ▼【持物】筆記具
- ▼第12回勉強会【日時】令和06年7/27(土)13:30-15:30 ▼【定員】30名 ▼【持物】筆記具
- ▼知恵袋講座【日時】令和06年9月。日程確定次第広報 ▼【定員】30名 ▼【持物】筆記具

- ▼【費用】講座:無料 教材費 四六版 P168 ￥1,000 教科書をすでにお持ちの方は持参ください。
- ▼【対象】若返りを目指すかたはどなたでも(物販を目的にする方は応募できません)
- ▼【会場】越谷市市民活動支援センター 越谷市弥生町16番1号 越谷ツインシティB5階
- ▼【問合せ】☎:090-9320-2714 Fax:050-3730-5466 メール:Antiaging10K@gmail.com

## 越谷市アンチエイジングイベントのご案内

### 歯科健診・相談～歯つらつ!お口の健康～

- ▼【日 時】6年4月24日(水)午後1時30分～3時00分
- ▼【会 場】保健センター
- ▼【対 象】市内在住 20人(年齢は問いません)
- ▼【申込み】健康づくり推進課へ電話または電子申請
- ▼【問合せ】健康づくり推進課(越谷市保健センター)  
☎048-960-1100

### 骨粗鬆症健診

- ▼【日 程】6～8月に、以下の会場で実施を予定しています。
- ▼【会 場】桜井地区センター・保健センター・蒲生地区センター・北部市民会館・越谷コミュニティセンター
- ▼【内 容】かかとの骨の超音波骨密度測定
- ▼【対 象】20歳以上の女性
- ▼【持ち物】タオル・保険証
- ▼【費 用】1,000円
- ▼【問合せ】健康づくり推進課
- ▼【申込み】4月15日(月)から市ホームページより予約システムで申込み(保健センター)  
☎048-960-1100

### リッラックスヨガ

#### 心と体のバランスを整えてみませんか

- ▼【日時】5月16日～6月13日 毎週木曜日 午前10時～11時30分 全5回
- ▼【会場】大相模地区センター・公民館「多目的ホール」
- ▼【講師】あん 氏(インストラクターネーム) ず。
- ▼【参加費】無料
- ▼【持ち物】バスタオル、ヨガマット(お持ちの方) 飲み物(フタ付きのもの)
- ▼【対象】市内在住の方 40人
- ▼【申込み】4月11日(木)午前9時から直接大相模 地区センター・公民館へ。定員に満たない場合は翌日から電話申込み可。(申込み順・1人1申請)

#### 老化対策をしっかりとっていても体調が悪化する ことがありますか? 個別・何でも無料・相談

講習内容が高度化していく中で、個別・何でも無料相談をはじめました。気軽に・問い合せください:  
090-9320-2714 FAX 050-3730-4666  
E-Mail :10Kkaiinn@gmail.com