



# 血管を鍛えて、健康経営！

～人生100年時代を生き抜く「生活習慣の改善方法」～

池谷医院院長 医学博士 **池谷 敏郎氏**



#### ◆プロフィール

東京医科大学循環器内科客員講師、日本内科学会認定総合内科専門医、日本循環器学会認定循環器専門医。

1962年4月10日 東京都生まれ。

1988年、東京医科大学医学部卒業後、同大学病院第二内科に入局。心臓、血管、生活習慣病のエキスパート。

#### ◆著書

『図解「血管を鍛える」と超健康になる！』（三笠書房）

『ゾンビ体操』（アスコム）

『内臓脂肪を落とす最強メソッド』『100年心臓の作り方』（東洋経済新報社）

他多数。

日時：令和5年**7月19日(水)** 14:30～16:00

会場：東京ドームホテル「オーロラ」文京区後楽1-3-61

定員：先着 **60名** ◇定員オーバーの場合のみご連絡いたします 受講料：会員／非会員 **無料**

申し込み方法：下記申込書にご記入のうえ、6月30日(金)までにFAXまたはメールにてお申込みください

申し込み・問合せ先： 公益社団法人 小石川法人会 TEL：03-3816-4184 FAX：03-3812-4558  
メール info@koishikawa-houjinkai.or.jp

### 池谷敏郎氏講演会（7/19）申込書

事業所名		会 員 ・ 非会員
所在地		TEL (      )      - FAX (      )      -
参加者名		

※ご記入いただいた個人情報は、適切に管理するとともに、本セミナー開催の目的のみに使用いたします。