

秋の研修会2日目,自由時間

オプションプログラム

社会厚生部プレゼンツ

# しゃべり場カフェ2024



教団の支援や公的支援を受けて

健康で心配の少ない日々を過ごしましょう！

## 10月2日(水) 13:00~14:30

### 場所：研修棟「208研修室」(ポスター掲示有)

とみどころ まさふみ

講師 富所 正史 (日本同盟基督教団 社会保険アドバイザー)



新潟県出身、印西市・千葉ニュータウン在住。

健康ウォーキング指導士。

宇佐美彰朗氏 (マラソンでオリンピック出場3回) のウォーキング教室で歩きを学ぶ。中、高、大学、社会人と20年間クロスカントリースキー競技 (インターハイ・国体出場) これらの経験を活かし関東各地でウォーキング講師を担当している。

東京基督教大学事務職員27年勤務。その後、社会保険労務士アスリート事務所開業

(お茶の水クリスチャン・センター516号室)

\*前半は、健康講座。「病気の9割は歩くだけで治る！」(医師：長尾和宏著)のとおり健やかな日々を送るための正しい歩き方を学びます。(実技30分、屋外ウォーキング30分)

\*後半は、「社会保険と牧師の将来の備え」についてのアドバイスとQ&A。気になっていることを自由にお尋ね下さい。(30分)