

# 有意義な健康講習会 男女170人詰めかける

テレビラジオでおなじみの  
米山氏がジョーク交え熱弁

南房総



有意義だった講演会＝南房総市白浜町で

て、講演会には170人が詰めかけ会場は大盛況。まず脳の活性化について「歩くことが一番良いこと」と語り、同じコースと決めずに知らない道を歩くことで、新しい発見や自然の変化に気づくことが、脳の刺激に結びついている点を強調した。

また知的好奇心と向上心を持ち続けることで見た目も脳も若返り、元気な高齢者でいられると述べた。

そのほかダイエットの話や男女間の話などジョークを交えての講演に会場は終始笑いの渦。質問タイムでは時間をオーバーするほどで関心の高さを示した。

参加者からは「大変楽しかった」「有意義だった」「また機会を設けて欲しい」といった感想が多く聞かれた。

## 大村歌謡ホール カラオケ教室会

3月7日

館山市西長田にある大村歌謡ホールの第4回発表会が、3月7日午前11時から同ホールで開かれ

きる野市で米山医院を開業。診療を続けながらテレビやラジオで老人医療問題や医療経済委問題のコメントーターを務める傍らで健康論を説き共感を呼んでいる。著書も

200冊を超えるほどで時代を担う若手医師として人気も急上昇している。

テレビやラジオでおなじみの医師・米山公啓氏を迎えての健康講演会がこのほど南房総市白浜町のホテル「ライズリゾート」レストランで開かれた。

米山氏は、脳・神経内科や認知症の権威者として知られ、現在東京・あ

の裏見でお散歩マナー条

こうしたこともあつ