

## ライフプランシンポジウムで國松副理事長講演



3月5日産経新聞主催、野村証券株式会社協賛の、ライフプランシンポジウム「100歳時代大学～100年生き抜く知恵と心構え～」(※)が、大手町サンケイプラザに地方からの参加者含め300名近くを集めて開かれました。

※産経新聞が立ち上げた「100歳時代プロジェクト」企画の一環です

國松副理事長は一般社団法人 健康・福祉総研理事長のお立場で、基調講演「“100歳時代大学”特別講義」と題しお話になりました。

お話の内容は、ご自身のマラソンへのチャレンジ体験をもとに幅広い内容で、会場からはその生き方に驚きの声も聞かれました。

配布資料から

1. 「人生100歳時代」の到来
2. 人生はドラマ、老いの姿で決まる
3. 老いには2つの道と大きな男女差
4. 健康づくりは自己責任と自助努力が基本、その「継続」が決め手

最後に、健康長寿は地域毎に「人づくり」と「まちづくり」でのお話から100歳大学に及びました。

(傍聴記録：100歳大学普及検討委員会 事務局 大和 哲)

