

## 若返りセミナー

### プログラム

#### 第1回

- 若返りの基礎知識
- 若返りのための行動は、いつから始めても遅くはありません！

#### 第2回

- 老化とは？ 老化の仕組みについて
- 老化の基礎知識

#### 第3回

- 美容のお悩みありますか？（しわ、しみ、白髪...）
- 美容、スキンケアの基礎知識

#### 第4回

- 現在の食環境について
- 安全な食事の基礎知識

#### 第5回

- 現在の世界最先端予防医学について
- 原因療法と対処療法について

#### 第6回

- 若返りセミナーのまとめ
- 群馬若返り推進会の発足について

#### ※ 群馬若返り推進会とは：

群馬エリアで若返りの啓蒙活動を通じて、健康寿命を延ばす企画です。

賛同者を募集中です。