





NPO法人 PSK研究会の活動内容

<p>講演会・勉強会</p>	<p>原則として毎年4, 7, 11月に開催</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 介護予防、長寿の秘訣、認知症の予防 ・ 食の健康、ダイエット、運動の効能 ・ 尊厳死、葬式等人生の終焉に関する勉強などをテーマに多彩な講師をお招きし開催 	
<p>ウォーキング 倶楽部 プチウォーキン グ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 原則として1, 4, 7, 10月の第一木曜日に開催、・ 毎回コースを変え、2～3時間で5～8Kmをウォーキング（事前予約制） ・ 完歩後希望者で食事会を開催 ・ 上記以外の月の第1木曜日、自由参加でしっかり歩きます。身近なコースを参加者のペースに合わせて歩きます 	
<p>会報の発行</p>	<p>年3回（4、9、1月に発行）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 講演会などの活動報告 ・ 会員による投稿、私の自慢写真 ・ 健康のしおり ・ お知らせ <p>などを掲載(全6～8ページ、オールカラー)</p>	
<p>出版活動</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 冊子“ピンとして シャンと生きて もしもの時に”を発行 (完売しました。ありがとうございました) ・ 尊厳死・終焉意思カード 過剰な延命治療はいらないと宣言するカードの発行（受付中） 	
<p>ピンコロ劇団</p>	<p>有志が集まって劇団を結成、大衆劇（寸劇）や歌謡踊りを小金井市福社会館まつりで披露(年1回)</p>	