

## ボランティア講座

### 講演会「長寿の画家に学ぶ 心のあり方・脳の使い方」のお誘い

講師 霜田里絵先生（銀座・神経内科クリニック院長）

友の会では近代美術館のボランティア担当と連携し、講演会の企画に広く皆様に声をかけて研修を深めたいと考え下記により開催しますので多くの方のご参加をお待ちしております。

- 1 日 時 2019年2月10日（日） 13:50~15:30
- 2 場 所 近代美術館地階講堂
- 3 対 象 近代美術館ボランティア  
近代美術館友の会会員
- 4 講 師 霜田里絵先生（銀座・神経内科クリニック院長）
- 5 申込方法 事前申込不要（当日受付）
- 6 駐 車 場 文化センター駐車場で「ボランティア講演会に来た」と言っていたら無料になります。

#### ※ 講演の視点

葛飾北斎 89歳 横山大観 89歳 東山魁夷 90歳 パブロ・ピカソ 91歳  
熊谷守一 97歳 マルク・シャガール 98歳 片岡球子 103歳

死後もなお世界中で愛されている画家たちは、ただ寿命が長かっただけでなく、晩年まで精力的に活動を続けました。その秘訣は「心のあり方」「脳の使い方」「基本的な生活習慣」にあると医学博士の講師（霜田）は説いています。どうすれば健康的に長寿でいられるのか？どうすれば脳や感性を活発に働かせられるのか？「長寿」という人類のテーマに以下のような視点から迫ります。

- 60歳からの自由時間は8万時間もある。
- 生涯に93回も転居をした北斎の自由な生活
- 60代で新しいチャレンジに向かった東山魁夷の情熱
- 創造力の鍵は「右脳」にある
- 驚くべき長寿画家たちの観察力
- ピカソの人生は心が充実していた
- 画家は「共感」という財産を世界に遺す
- ◇ 私たちは長寿画家から何を学ぶのか・・・

お誘い合わせの上 皆様のご来館を心からお待ちしております。