

5月19日の地域づくりセミナーは、

いつまでも元気に暮らす術^{すべ}

おおた高齢者見守りネットワークが誕生し5年目を迎え、いよいよ、平成24年度の地域づくりセミナーがスタートします！

今年度第1回の地域づくりセミナーは、「いつまでも元気に暮らす術」がテーマです。

誰でも、いつまでも元気で健康でいたいと思いますよね・・・でも、人間は誰でも年をとり、衰えてきたり、病気になったりします。それを完全に防ぐことは難しいかもしれません。しかし、元気なうちからの心がけや生活習慣で、予防することが出来るのも事実です。

今回のセミナーでは、生活習慣病予防や認知症予防のヒントになるお話と、後半は、みんなで一緒に楽しみながら体を動かしていきたいと思います。

運動に興味のある方、生活習慣を見直してみようかなあと考えている方、いつまでも元気でいたい方！ぜひぜひご参加下さい。

【講師】

- ・ 社会医療法人財団仁医会 牧田総合病院副院長
日本脳神経外科学会専門医、高気圧酸素治療専門医
日本頭痛学会専門医・評議員 荒井 好範 氏
- ・ 社会医療法人財団仁医会 牧田総合病院
リハビリテーション部 理学療法科 主任 渡辺 明日香 氏



年度初めにあたり、
大田区高齢福祉課
中原 賢一課長も
ご来場下さいます。

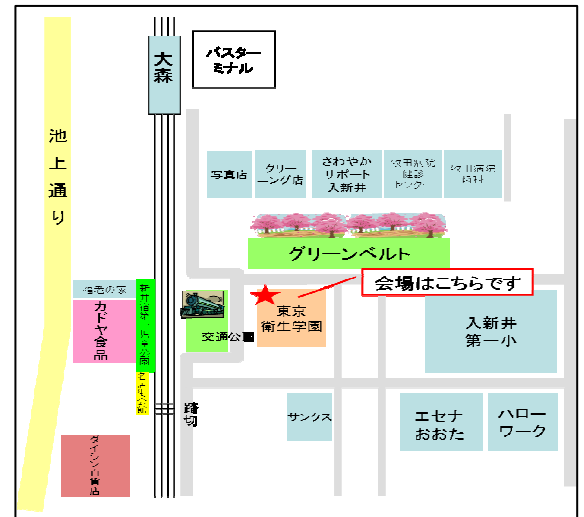


日時：平成24年5月19日（土）
14：00～16：00

場所：東京衛生学園専門学校
1階機能訓練室

参加無料・どなたでも参加できます。

※会場の都合上、お席に限りがあるため、満員の場合
ご入場をお断りする場合がありますのでご了承下さい。



主催：おおた高齢者見守りネットワーク

URL <http://www.oota-mimamo.net>

E-mail oota_mimamo@yahoo.co.jp



問合せ先：大田区地域包括支援センター入新井
TEL 3762-4689

☆協賛施設・企業・事業者一覧は裏に掲載しております☆