

市民
公開講座

2/9 (土)

時間 **10:00 ▶ 11:00** (予定)

講師 <リハビリテーション科> 佐藤一輝・飯窪亮喬・附田貴恵
<臨床心理士> 堀越 歩
栗石優子・佐藤愛美

場所 **宮城社会福祉センター**
〒989-3125 仙台市青葉区下愛子字観音堂 27-1

- ① 身体検査を行います (済)
- ② 認知症についての講座とあたまの体操 (済)
- ③ 運動についての講座 (済)
- ④ 集大成 ※初回で行った検査を再度行います (今回)

継続した参加による
衰えないための身体作り ④
4回に分けてテストや運動の
紹介を行う、最終回です。



公開講座 終了後は **健康相談会** 月に一度の健康チェックに!
※健康ノートをお持ちの方はご持参ください。

血圧
体脂肪率の
測定

健康
相談

介護
相談

時間 **11:00 ▶ 12:00** (予定)

※公開講座終了後のご案内となります。※予約は受け付けておりません。

