

第21回 は一とぴあ健康講座

参加者  
大募集  
無料!

# 頭の体操

認知症予防は高齢者だけのものではありません。  
早くから脳を働かせる生活をするのが大切です。  
しかも、楽しく行うことが大切!!  
今回は頭と体を元気にするゲームや体操を一緒に楽しく  
しながら認知症を予防しませんか?

## 内 容

頭と身体を元気に! ゲームや体操で認知症予防!



は一とぴあ 頭の体操チーム 村井 大也講師

## 開催日時

H28年  
**4月2日(土) 13時30分~15時**

## 開催場所

**くすくす広場** (大阪国際学園COC  
地域交流センター)

京阪守口市駅すぐ テルプラザ1階 SEIYUの隣り



## お問合せ

松下介護老人保健施設は一とぴあ内 担当:河野  
TEL 06-6992-8131 FAX 06-6992-8101

共催:大阪国際大学教授 湯川 静信

# ＊ ＊ 今後のスケジュール ＊ ＊

平成 28 年 4 月からは第 1 土曜日に変更になります！

開催日	テーマ	講師	講演内容
5/7	嚥下 (のみこみ)	はーとぴあ 言語聴覚士	嚥下障害について
6/4	介護予防運動	はーとぴあ リハビリスタッフ	介護予防関連
7/2	お薬について	松下記念病院 薬剤師	お薬の飲み方・使い方等
8/6	高齢者 疑似体験	看護・介護スタッフ 歯科衛生士	高齢者体験 小児のブラッシング指導等
9/3	認知症 サポーター	はーとぴあ MAMO ちゃん' S	認知症について

※ 平成 28 年 4 月以降も、健康に関する情報を盛りだくさんにお届けする予定です！  
尚、上記に予定している内容は変更される場合もございます。  
予めご了承下さいませ。

