

# 認知症予防教室

## -認知症予防に効果的な運動のコツ-

### ～高村病院提携講座～



# 9月15日(火)

## 14時30分～16時00分



認知症予防には脳と体を同時に使うことが大切です。本講座では認知症予防に効果的とされる運動のポイントや自宅でも続けやすい実践方法をわかりやすく解説します。健康寿命を伸ばせるように、楽しみながら脳と身体を元気にするコツを一緒に学びましょう。



- 場 所 LICはびきの 3F 多目的スタジオ
- 講 師 医療法人昌円会 高村病院 リハビリテーション科  
ヘルスケア推進室  
理学療法士・ウォーキング療法士：角 樋 透  
理学療法士：徳田 拓海  
理学療法士：毛利 佳央理
- 定 員 24人 ※先着順
- 受 講 料 500円
- 持 参 物 タオル・上靴・飲み物・筆記用具  
※軽い運動を行いますので動きやすい  
服装にてお越しください。

- 申込期間 8月8日(土)～9月13日(日)
- 申込方法 来館または、電話(072-950-5504) 受付時間9時00分～
- 支払方法 LICはびきのへ来館・電話  
※申込に来館された場合、お支払いは同時に  
行っていただきます。  
電話の場合は7日以内に、受講料をお支払いください。  
一旦納付された受講料は返金できません。
- 主 催 (株)みのりの里

**LICはびきの**  
羽曳野市立生活文化情報センター

〒583-0854 羽曳野市軽里1-1-1  
【TEL】072-950-5500 【FAX】072-950-5505  
開館時間 9時00分～22時00分

アクセス  
電車/近鉄南大阪線「古市駅」下車、西へ徒歩15分  
バス/近鉄バス「軽里1丁目」バス停下車

QRコードをスキャンして  
HPやSNSをチェック!

駐車場(有料)には限りがございますので、公共交通機関をご利用ください。障害への配慮が必要な方は事前にご相談ください。参加者のケガなどにつきましては、LICはびきの及び展示者は一切責任を負いません。内容は予告なく変更になる場合がございます。会場内では、記録用・SNS用に写真や動画撮影を行う場合がございます。それらは、弊社のSNSや広告物に掲載される場合がありますので、あらかじめご了承ください。(顔の映っているものを無断で掲載することはありません。)このたび取得する個人情報は、イベント参加や各種ご案内の為にのみ利用します。ご本人の任意なしに第三者に提供することはありません。ただし、講座を受講される方は、必要に応じて講師に情報を提供することがあります。個人情報の開示等に関するお問い合わせは、弊社個人情報保護管理者(072-940-5700)までお問い合わせください。 主催：(株)みのりの里

