

地域  
皆様へ

第46回

# 菊名記念病院 公開市民講座



コロナ禍での休止を  
経て待望の再開!

## 認知症体操 ～おうちでできる体の体操～

テーマ：『認知症体操 ～おうちでできる体の体操～』

1月26日(木) 13時30分～(1時間)

会場：篠原地区センター

ご自宅でも手軽に取り入れられる  
体操で、認知症を予防しましょう！



### 当日のスケジュール

- 1 講義・説明：15分
- 2 体 操：30分
- 3 質 疑 応 答：15分

### 講師

講師：老人看護専門看護師 斎藤 優

(菊名記念病院主任看護師)

運営：福岡・二本柳(同上)

### 申込方法

(事前予約制)  
(定員10名)

定員10名の事前予約制です。  
下記の受付開始期間を待って、  
次の番号までお電話ください！

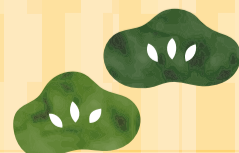
ご参加お待ちしております♪



受付開始 12月22日(木) 9時～(来館か電話での受付)

045-423-9030 (篠原地区センター)

主催：  菊名記念病院 看護部



共催：篠原地区センター 電話番号：045-423-9030