

第21回介護セミナー

『健康寿命を延ばす運動習慣』

【日時】

平成 26年 11月 1日(土) 13時30分～15時00分

【場所】

七宝病院 会議室

※セーヌ蟹江から七宝園行き無料送迎バスが出ます。利用希望の方は前日までにセーヌ蟹江受付までお申し出ください。

【講演】

『健康寿命を延ばす運動習慣』

講師： 老人保健施設 七宝園 医師 梶江 勇 先生



厚生労働省の最近の発表では日本人の平均余命は男性80.21歳、女性86.61歳と世界有数の長寿国ですが、日常生活が制限なく過ごせる期間—健康寿命は男性70.41歳、女性73.62歳とその差は10歳以上あります。寝たきりを防ぎ健康寿命を延ばすには運動療法が最適です。今回はどの様な運動をどの様に実行したら良いか、またどの様な効果があるかをお話しします。

上記のように第21回介護セミナーを開催致します。参加ご希望の方は、下記の【連絡先】までご連絡をお願いいたします。たくさんの方の参加をお待ちしております。

【連絡先】

七宝病院	(052) 443-7800
七宝病院訪問看護ステーション	(052) 443-7800
老人保健施設 七宝園	(052) 445-5411
宝会居宅介護支援事業所	(052) 445-5427
グループホーム七宝	(052) 443-5501
介護老人保健施設 セーヌ蟹江	(0567) 94-3133
セーヌ蟹江居宅介護支援事業所	(0567) 94-3123
グループホームシャルル	(0567) 96-5411
エトワール下田橋	(052) 442-4165