

ちょっと教えて!

出前講座

のご案内

専門講師に**効く**

健康づくり のコツ

地域や職場で出前講座を
実施いたします!

認知症を予防しながら
笑顔で毎日を過ごしたい!

心の「コリ」を
ほぐすには?

もっと健康に
元気に過ごすために

[場 所] 公民館、会館、集会場

職場 など

オンラインの
受講も可能です。



[講 師] 看護師、公認心理師、
作業療法士、
精神保健福祉士 など

地域や職場に、当センターもしくは当センターと
連携した機関から専門職員が出向きます。

講座終了後に個別のご相談にも応じます。

[派遣費用]

無料

必要機材なども基本的に
当センターで準備します。

お申込み・お問合せ

お気軽にお問合せください。

大植病院 認知症疾患医療センター

TEL. 079-678-1231

FAX. 079-678-0881

QRコードから
お申込み
ください



[主な講座内容]

✓ 認知症予防講座

認知症を予防するための知識や
効果的な運動の方法

✓ 食生活講座

管理栄養士による指導と
おすすめ料理の紹介

✓ 生活習慣病講座

日々の生活習慣の改善が認知症の
発症抑制や進行予防に役立ちます

✓ 健康体操

家庭でも無理なくできる体操を
作業療法士などから学びます

✓ こころの健康

いきいきと自分らしく生きるための重要な
日常生活の過ごし方を学びます

他

一講座
約60分

何かご要望がございましたら
ご相談ください。