

## 第3回

# いきいきアクオの健康フォーラム

### 日程

2024年12月7日(土)

14:00～15:30 終了予定

### 場所

北出病院うら 健康管理増進施設 3F アクオスタジオ

### 内容

## 1. 認知症とその予防について

社会医療法人黎明会 健康管理増進施設

施設長 李正男

## 2. 認知症予防を目的としたコグニサイズとは

社会医療法人黎明会 メディカル&フィットネスアクオ

スポーツトレーナー 宮本彩恵

## 3. 認知症予防体操 ～頭と身体を動かそう～

社会医療法人黎明会 メディカル&フィットネスアクオ

スポーツトレーナー 吉岡有希

### 要予約

お申し込み・お問い合わせ

☎ 0738-23-1111

受付時間 平日(月～土) 8:30～17:30

こちらのQRコードからも  
お申し込みいただけます

