

佐鳴台地区社協ニュース

NO.35 2008.9.20.

インターネット「佐鳴の輪」の「さなる情報室」で地区社協の活動状況が見られます。

<http://www3.tokai.or.jp/sanaru/>

第3回健康教室のお知らせ

忘れん脳生活をはじめませんか

地区社協では、「健康づくりは生きがづくり」をモットーに健康教室を浜松市保健所から保健師さんに来ていただいて年4回開いています。前回7月の「第2回健康教室」では「尿についてのお話」と「頻尿の予防体操」をご指導くださいました。今回第3回目は、下記のように「健康教室」を開きます。皆様、お誘い合わせてご参加ください。

記

日	時	10月6日(月)	10:00~11:30
場	所	佐鳴台公民館ホール	
講	師	浜松市保健所 畑中好美保健師	
内	容	(1) 健康講話「忘れん脳生活をはじめませんか」 認知症を防ぐ・遅らせるためのお話	
		(2) 健康体操「そのための健康体操とレクリエーション」	

参加費無料

皆さんお誘い合わせて直接会場へお越しください。