



# 5月 ためになる健康教室



“5月25日～31日”は『脳卒中週間』知っていますか？



日時		講演テーマ	講師		会場
1日 (火)	9:30	初心者大歓迎！ ※介護予防・認知症予防 <b>★ 明るく元気な体操教室 ★</b> 誰でもできる！簡単ストレッチ体操	健康運動指導士 作業療法士	山本 聖 森 健二	2階 会議室 (左)
	11:00				
8日 (火)	9:30	初心者大歓迎！ ※介護予防・認知症予防 <b>★ 明るく元気な体操教室 ★</b> 誰でもできる！簡単ストレッチ体操	健康運動指導士 作業療法士	山本 聖 西元 唯伊	2階 会議室 (左)
	11:00				
15日 (火)	9:30	初心者大歓迎！ ※介護予防・認知症予防 <b>★ 明るく元気な体操教室 ★</b> 誰でもできる！簡単ストレッチ体操	健康運動指導士 理学療法士	山本 聖 春口 幸太郎	2階 会議室 (左)
	11:00				
	13:00	脳健康教室シリーズ④ 【右脳と左脳の話】	脳神経 センター長	福山 幸三	
	13:30	“ストレッチ”は健康に良いのか？ ～身体を動かして脳の活性化～	健康運動指導士	山本 聖	
22日 (火)	9:30	初心者大歓迎！ ※介護予防・認知症予防 <b>★ 明るく元気な体操教室 ★</b> 誰でもできる！簡単ストレッチ体操	健康運動指導士 理学療法士	山本 聖 春口 幸太郎	2階 会議室 (左)
	11:00				

『5/25～5/31 脳卒中週間』29日は市民講座開催！《体操教室を含む》

29日 (火)	9:30	市民講座 ① 9:30～10:00 『脳卒中治療最前線 ～スピードが救うもの～』	脳神経外科 医師	三小田 享弘	2階 会議室 (左)
	10:00	体操教室 10:00～10:30 『脳卒中を予防する為に！自宅で出来る予防法』	健康運動指導士	山本 聖	
	11:00	市民講座 ② 11:00～11:30 『頭を開ける？開けない？治療法が選べる時代』	脳神経外科 医師	駒谷 英基	

《 当日参加無料です！誰でも・気軽に・詳しく聞ける！ 》

《 お問い合わせ先 》 福岡和白病院 医療連携室 担当：山本【TEL092-608-0001(代)】

※当日の講師が変更になる場合がございます。御了承下さいますようお願い申し上げます。