



みんなで

心も体も

元気になろう！

水窪文化会館
シニア向け講座



～健康寿命を延ばす予防と対策～

転倒による健康への悪影響や認知症について学び、予防のために自宅でできる運動などを実際に体験します。

大学生が講師を務める講座です。
ぜひ、お気軽にご参加ください！



日時

11月10日[水]
午後2時～

講師

聖隷クリストファー大学
リハビリテーション学部
理学療法学科 学生

会場

水窪文化会館
視聴覚室

申し込み

電話または直接、水窪文化会館まで
ご連絡ください。(☎982-0013)
【11月5日(金)締め切り】

定員

15名(先着順)

費用

無料

※新型コロナウイルス対策のため、マスクの着用、手指の消毒、検温にご協力ください。当日、体調がすぐれない方は、参加をお控えください。
※講座風景を市や大学のホームページなどに掲載することがあります。ご了承ください。
※新型コロナウイルス感染拡大の状況などにより、やむを得ず開催中止となる場合があります。ご了承ください。

主催

浜松市・聖隷クリストファー大学

お問い合わせ

水窪文化会館

☎982-0013

(水窪協働センター 生涯学習グループ)