

グループより

# 研修会のお知らせ

ボランティアグループ「そよ風」が、公益財団法人 太陽生命厚生財団の助成を受け、「安心して暮らすために」をテーマに、研修会を行っています。

## 第2回目の内容は・・・

『健康は自分で守る・予防が大事・生活習慣を見直してみましよう!』

1部 普段何気なくしている「呼吸の大切さを知っていますか？」

講 師：林 祥子 氏（レイス治療院）

2部 楽しく認知症を予防しましょう! 「脳いきいき教室」

講 師：徳間 達哉 氏（尼崎医療生活協同組合）・健康づくり委員のみなさん

【日 時】平成24年2月2日（木）13:00～15:10

【場 所】小田支所 3階コミュニティホール（尼崎市長洲中通 1-6-10）

【定 員】先着100名（当日会場で受付） 【参加費】無料

