

健康な体づくり教室 ～コグニサイズ教室～

「コグニサイズ」をご存知ですか？

コグニション（認知機能）とエクササイズ（体操）を掛け合わせた言葉で、今話題の認知症予防体操の名称です。楽しく健やかに参加でき、過去の教室でも大変好評でした。お寒い時期ですが、この機会にぜひ、ご参加を！

入場
無料

申込
不要

《日時》平成30年12月22日(土) 10:00～11:00

《場所》医療法人社団青優会 南小樽病院 1階ロビー
(小樽市潮見台1丁目5番3号)

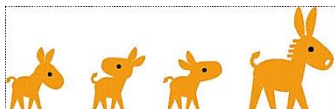
《内容》①認知症にまつわる講話 ②認知症予防体操

体操風景



講師

岩木 昂平
(コグニサイズ指導者)
有路 亮介
津崎 史也
本間 篤
前田 峻志



《お問合せ》 ☎0134-21-2333
リハビリテーション部 久保・本間



医療法人社団 青優会
南小樽病院
Medical corporation Seiyukai minamiotaru Hospital