

脳のを
呼び覚ます！



参加費無料

日常生活の工夫講座

- 日時**：7月2日（木）14時30分～16時（開場 14時15分）
会場：戸田市文化会館 大ホール（上戸田4丁目8番1号）
対象：市内在住、在勤者
定員：200名
講師：戸田中央リハビリテーション病院
作業療法士、理学療法士
とだ小林医院 理学療法士

年齢とともに変化する脳の働きを正しく知り、日々のちょっとした暮らしの工夫や効果的な運動を分かりやすくご紹介します。普段の暮らしの中で無理なく取り入れられる方法を知り、いつまでも自分らしく元気に過ごすためのコツを一緒に楽しく学んでみませんか？

申込：6/1（月）～6/30（火）に
電話または二次元コードで

※先着順のため、定員に達した場合は申込終了となります。



問い合わせ先：戸田市 健康長寿課 048-291-9346（直通）