

参加料

無料

高齢だからとあきらめない  
将来の自分のために  
今できること

春日井市まちの保健室  
モデル事業

## 「まちの保健室」 健康教室・健康相談会

医療専門職がさまざまな観点から、「健康寿命を延ばすには」というテーマでお話をします。また、毎日の生活の中で、取り入れたい運動を紹介します。正しい知識をもとに、おいしく食べて健康寿命を延ばしましょう。

### 日時

8月25日（水）  
PM14:00～PM15:00

### 会場

春日井リハビリテーション病院  
交流ホール

### 参加資格

どなたでも（要予約15名）  
\*当日は、マスク着用でお越しください。

★生活習慣病について学ぼう

医師・看護師

★栄養と食事を考えてみよう

管理栄養士

★筋力をはかってみよう

脳トレ体操にチャレンジ

理学療法士

★気になることを聞いてみよう！

医療専門職のアドバイスを受けられます



予約申し込み  
お問い合わせ先

春日井リハビリテーション病院  
地域連携課

TEL 0568-88-0011

（平日：9:00～17:00）