

第12回

健康長寿リハビリテーション講演会 脳の老化への挑戦!!

「まだまだ身体も頭も元気！」そう思っている方の中にも、少し不安はありませんか。気がかりなことがありましたら、これから一緒に脳の若返りにチャレンジしてみましょ！

日時：**平成30年4月14日（土）**
10時～12時 開場9時30分
会場：東京都健康長寿医療センター
3階 第3会議室

参加費無料
事前申込み不要

1. 開会の辞

東京都健康長寿医療センター 理事長

井藤 英喜

2. 知っておきたい睡眠の話

当センター精神科 部長

古田 光

3. 実践！心身レクササイズ (体を動かしてみましょ！)

(株) 余暇問題研究所

山崎 律子

4. 高齢者いきいき外来

当センターリハビリテーション科 医長

加藤 貴行

司会 同リハビリテーション科 部長

金丸 晶子

東武東上線 大山駅南口・北口 徒歩4分
都営地下鉄三田線 板橋区役所前駅A2出口
徒歩11分

正面玄関奥にある、
【研究所入り口】からお入り下さい

<お問い合わせ>

東京都健康長寿医療センター
リハビリテーション科
03-3964-1141 (内線 3320)
〒173-0015 東京都板橋区栄町35-2

