

第13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9月15日（土）  
10時～12時 開場9時40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. フレイルって何！身体と頭を良くする運動習慣

埼玉医科大学保健医療学部理学療法学科 教授 **藤田 博暁**

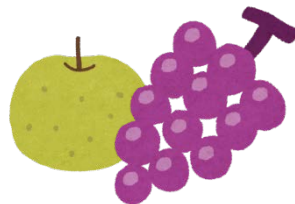
## 3. 実践！心身レクササイズ（体を動かしてみましょ！）

（株）余暇問題研究所 **山崎 律子**

## 4. 軽度認知機能障害について

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

有料駐車場がございますが、ご来場の際は  
公共交通機関をご利用ください

\* 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

