

# 認知症予防講座 脳はつらつ塾(第2回)の講師をさせていただきました！

**講義** 何歳からでも心と体は作り変えることができます

**実技** コゲニサイズ&フレイル予防の運動



2019年9月26日、ピースフル立神にて、枕崎市の一般介護予防事業である元気シニア向け認知症予防講座“脳はつらつ塾”が開催されました。

介護医療院と通所リハ(デイケア)それぞれに所属する理学療法士を講師として派遣させていただきました。

講座では健康長寿を保つための講義、実技では認知症予防に良いとされる体操が行われました。

※令和元年度の募集は終了いたしました。