認知症予防講座脳はつらつ塾 第2回 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る
実技 コグニサイズ&フレイル予防の運動

2020年1月30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。