

介護予防に効果的な 食生活と運動

高齢者の要介護状態の予防や軽減を目的として、日々の食生活で栄養状態のバランスを考察し運動機能を維持して社会に参加し、生きがいのある生活を続けましょう。

■開催日：**平成 27 年 7 月 16 日(木)** 13 時 30 分～16 時 30 分

■会場：**川崎市総合福祉センター(エポック中原) 第 3 会議室(7 階)**

川崎市中原区上小田中6-22-5 JR 南武線 武蔵中原駅下車徒歩 1 分

※ 車でのご来場はお控え下さい。

■定員：**50名** (先着順受付・定員になり次第締め切らせて戴きます)

■受講料：**無料**

■申込方法：下記申込書にご記入の上、FAXか電話かメールでお申し込みください。

■申込受付：**株式会社アイ・ディ・エス(バナナ園グループ)**

TEL:044-433-4889 FAX:044-433-4712 (担当:小関)

メールアドレス:kaoru@bananaen.com

受付時間: 9:00～17:00 (月～金)

<講義内容> (時間等については、若干変更する場合がございます)

13:30～14:30 「認知症予防と食品の効果」

日清オイリオグループ株式会社 中鎖脂肪酸事業化推進室

講師:博士 渡邊慎二氏

14:40～15:40 運動コーナー「大声ツアーズ・呼吸筋に着目した健康体操」

株式会社 スマイル

講師 和田優介氏 講師 高橋 和氏

声を出さず運動が有ります、お手元にお水・お茶等ご準備下さい

15:50～16:30 「いのちの電話」をご存知ですか

社会福祉法人 川崎いのちの電話

講師 理事長 金子圭賢氏

■共 催:

地域で支える認知症の会

株式会社アイ・ディ・エス(バナナ園グループ)

■後 援:

日清オイリオグループ株式会社

株式会社スマイル

社会福祉法人 ばなな会

(FAX) 申込書 「介護予防に効果的な食生活と運動」 <FAX 044-433-4712>

※ご氏名	フリガナ
※ご住所	〒
メールアドレス	
※連絡先	— — FAX — —
ご職業	一般の方 ・ 介護支援専門員 ・ 介護職員 ・ その他