

第3回 シニアの暮らし方セミナー 『介護にならない身体づくり』

「健康寿命」という言葉をご存知ですか？健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。
少しでも健康寿命を伸ばして、年齢を重ねても、いつまでも、いきいきとした生活を送るためのポイントを介護予防という観点からお伝えいたします。

記

- 開催日時 平成29年6月16日(金) 16:00～17:30
- 会場 スペースまる八
中央区日本橋茅場町1-12-2 樋口本店ビル8階（1階はスターバックスです）
茅場町駅3番出口徒歩1分（東京メトロ東西線、日比谷線）
- 申込方法 ①下欄にご記入の上、FAXまたはメールにて送信して下さい。
②法人会ホームページ(<http://www.nihonbashi-hojinkai.or.jp/>)よりお申込みもできます。
- 参加費 会員：無料（1社1名は会員参加費。2名より一般参加費となります）
一般：500円（当日、会場にてお支払い願います）
- 定員 30名（申し込み定員になり次第締め切ります）
- 講師 長谷川 祐美（株式会社ベネッセスタイルケア 社会福祉士・介護福祉士）

●お申し込み先● 日本橋法人会 事務局 FAX番号：03-3663-3307

会社名		会員 / 一般
会社住所		
電話		
参加者名/役職		

※個人情報研修以外に使用することはありません。