

健康と福祉のつどい

実技と講演

「運動で健康づくり」

牧内隆雄氏（健康運動指導士）

講演時間：14：25～15：30

プロフィール

国立館大学 体育学部 体育学科卒業

生涯現役、活動的な生活続けるための、日頃からの心掛けのアドバイスと体の手入れ（運動）を指導する、健康・体力づくりアドバイザー。

※動きやすい服装でお越しください。



平成 30 年

3 月 4 日（日） 13：30～15：30

豊丘村保健センター 2F

●おいしい減塩

13：40～

●認知症ケアパスについて

13：55～

主催・問合せ

○豊丘村役場 健康福祉課
TEL：35-9061

○豊丘村社会福祉協議会
TEL：35-1122

●高齢者向け有償生活支援について

14：05～

●運動で健康づくり

14：25～