

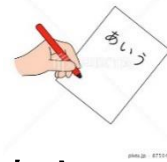
令和4年度

# いつまでも元気！あなたのための健康講座

## 右手と左手、両手を使い100歳を健康に生きる

生活をされている中で利き手以外の手を使うことはありますか。普段から両手を使って脳を活性化することで認知症を予防できると言われていています。万が一事故や病気で利き手が不自由になったとしても、対応出来るように準備しておきたいものです。

今回は整形外科医の井上肇先生より、両手を使い健康に生きるためのコツについて特別に講義していただきます。ぜひご参加ください。



日 時： 令和4年5月31日(火)  
午後2時30分から午後4時まで

会 場： ゆうゆう梅里堀ノ内館

講 師： 聖路加国際病院外科名誉医長  
下落合整形外科診療所院長  
井上 肇先生



井上先生著書

定 員： 20名

申込み： ゆうゆう梅里堀ノ内館( ☎03-3313-4319)  
またはケア24梅里( ☎03-5929-1924)まで  
ご連絡ください。

☆参加時は、検温、マスクの着用のご協力をお願いします。

※体組成計の測定を行います。

午後2時～2時30分

測定のみのご参加の方は、お申込み不要です。

