

テーマ「元気に、いきいきと老いる」 ～生活不活発病とその予防～

『生活不活発病』って知っていますか？ 大きなけがや病気がなくても
“動かない状態が続く”生活の不活発化によって起こる心身の機能低下で、
寝たきりにまでなりかねない病気です。 **年齢を重ねても、いきいきと充実した
楽しい人生を送るために、その予防や改善について学びませんか！**

NHK 東北発・未来塾で、被災地でのご活躍を紹介の

講師：国立研究開発法人産業技術総合研究所

招聘研究員・医学博士

大川 弥生 氏



11月19日(土) 10:30～12:00 ※開場10:00

会場 仙台市シルバーセンター 1階 交流ホール
(青葉区花京院 1-3-2)

定員 150名(先着)

費用 無料

申込・問い合わせ

(公財) 仙台市健康福祉事業団 介護研修室

電話 **215-3711** Fax**215-3718** E-mail:senkaigo@nifty.com

切り取り線…… FAXの方は記入の上、そのまま送信ください。シルバーセンターご来館の方は切り取って係員にお渡しください。

ふりがな		電話番号	
氏名			
該当する番号を○	①一般市民 ②福祉関係者 ③医療関係者 ③学生 ④その他 ()		