

中原苑

第2回 講演会

地域貢献事業

動かそう! あなたの体、健康に

健康寿命の延伸(セラエクサ[®]「生活習慣病予防運動・要介護予防運動[®]」の理解)に向けて

健康の三要素(休養,栄養,運動)の具体的な^{ひと}繕きと
解き明かしを通して、特に積極的運動の日常生活化と運動の習慣化に
対するライフデザイン(生活改善)をアドバイスします。

日時: 平成29年12月9日(土) 13:30~15:00

場所: 中原苑 1階ホール

講師: 鈴木 秀雄

関東学院大学 名誉教授 余暇教育学・体育学博士(Ph.D.)

社会福祉法人 磯子コスモス福祉会 理事長

セラエクサ[®](英語の略称 TE:セラピューティックエクササイズ[®])の創設者

※TEの説明は裏面にあります。

参加費: 無料 ※当日は、コーヒータイムに施設の手作りプリンをご用意しております。

対象者: テーマにご興味、関心を持たれた方ならどなたでもご参加できます。

※当日は、求めにより体を動かすこともありますので、動きやすい服装でお越しください。

※上履きシューズをご持参ください。

資料: 「社会保険誌」に連載(12か月)された

「健康づくり実践編 ~要介護予防運動のすすめ~」の合本冊子を使用(無料提供)

申込期間: 平成29年10月7日(土)~11月30日(木)まで

募集人数: 【30名 先着順】 ※定員になり次第締め切らせて頂きます。

申込方法: 下記申込書に必要事項をご記入の上、窓口にお持ちくださるか、または
電話・FAXでも受付いたします。TEL:045-776-3500 FAX:045-776-3511

中原苑で、体を動かしながら、
楽しく明るく健康になりましょう!!



中原苑

検索

<裏面もご覧ください。>

✂----- 申 込 書 -----✂

	フリガナ	市区町名	性別	年代	代表者連絡先
代表者氏名			男・女	代	FAX:045-776-3511 ※FAXの方は、 切り取らずにこのまま お送りください。
	フリガナ		性別	年代	
氏名			男・女	代	
	フリガナ		性別	年代	
氏名			男・女	代	

中原苑は、 引き続き地域貢献をめざしています。 ご協力ください！

働いてくださる方を募集しています。

<正職員、嘱託、臨時職員(パート)、資格の有無は問いません>

介護職(入浴介助のみのパートでも可)、看護職、理学療法士(パートでも可)、
運転手、調理員(食器洗浄のみのパートでも可)、清掃員、洗濯員

※お近くの方とお誘い合わせのうえ、お気軽にご応募ください。

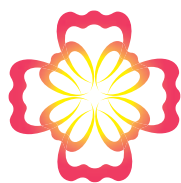
～詳細は、中原苑ホームページでもご覧頂けます。～

中原苑デイサービス (総合事業 地域密着型通所介護)

セラエクサ[®]※^{註1)}(TE)を
リハビリテーションの一環として導入しています。

内容は、健康寿命の延伸に役立つ「生活習慣病予防運動・要介護
予防運動[®]」で、歩行の動作・姿勢についてのコンピューター解析も
含まれています。

註1)セラエクサ[®](TE)は、セラピューティックエクササイズ[®]
(Therapeutic Exercise[®])の略で商標登録されています。



中原苑

お気軽にお問い合わせください

TEL:045-776-3500 FAX:045-776-3511

住所:横浜市磯子区中原3-6-10 中原苑 検索

社会福祉法人 磯子コスモス福祉会 特別養護老人ホーム 中原苑

みとべ けんもち
担当:水戸部、釘持、丸山まで

社会福祉法人 磯子コスモス福祉会
定款第1条より抜粋

「個人の生きる喜び」を紡ぎ、
「その人中心の介護」の実践を支援

