

【中部学院大学シリーズ第7期①】

※2021年5月に中止になった講座と同じ内容です

日頃から心がける “健康身体”づくり ～認知症予防も～

日時：5月20日（金） 13時30分～15時

会場：「会議室 3-1」 わかくさ・プラザ総合福祉会館 3階

講師：池谷 茂隆 さん

（中部学院大学 スポーツ健康科学部 スポーツ健康科学科 教授）

定員：10人（一般【中高年の方向け】・要予約）

内容：健康身体づくりには生活習慣の改善が必要と言われて
います。どのように改善していくのかを考えましょう。

新型コロナウイルス感染拡大防止のお願い

- ・来場時にはマスクの着用・手指の消毒をお願いいたします。
- ・体調がすぐれない場合にはご来場をお控えください。
- ・新型コロナウイルスの感染拡大の状況によっては中止になる可能性がございます。その場合は電話でご連絡をします。



【主催・申込み先】

関市立図書館 指定管理者 学校法人岐阜済美学院
TEL：0575-24-2529 / FAX：0575-23-7780