

理学療法士  
とはじめる！

東京都済生会中央病院共催

元気シニアのための

脳活プログラム

◆日時：8月2日～11月15日  
(10月11日除く)毎週木曜日  
10:00～11:00

■対象：60歳以上の港区民で4か月継続できる方

■場所：白金台いきいきプラザ 地下ホール

■定員：25名（抽選）

■講師：國枝 洋太氏

(東京都済生会中央病院 理学療法士)

■持ち物：動きやすい服装、飲み物、汗ふきタオルなど

■申込：7月11日（水）～7月22日（日）までに

ご本人が電話または直接受付にてお申込みください。

※当選者のみ7月23日（月）以降にご連絡致します。



脳トレと同時に簡単な運動を行います。

また事前・事後にアンケートや脳の健康度チェック、体力測定を行います。

ご自身の状態を知り、今後の人生をいきいき過ごすきっかけづくりをしませんか？

★港区立白金台いきいきプラザ★（指定管理者）社会福祉法人 奉優会  
〒108-0071 港区白金台4-8-5 TEL:03-3440-4627  
白金台駅1番出口より徒歩1分 掲示：6月25日～ 担当：高部