

～認知症公開健康講座～

笑み筋(えみきん)体操で 人生をもっと豊かにもっと楽しく

日時 令和元年 11月20日(水)
10:30～12:30(受付10時～)

場所 小牧市民病院 講堂

講師 一般社団法人 ハッピーネット

元名古屋大学教授 堀容子氏

笑み筋アドバンスインストラクター
主任介護支援専門員中村智栄氏 他



参加費:無料 定員:50名様 申し込み: ☎またはFAX・メール

対象者:地域の皆様、医療介護福祉等関係者の方も歓迎



お問合せ

☎ 0568-76-4131(平日受付10時～17時)

FAX 0568-76-4145

メール:kangokyoku@komakihp.gr.jp

〒485-8520 愛知県小牧市常普請1丁目20
小牧市民病院 看護局 担当 すげさわ・きまた



～認知症公開健康講座～

「笑み筋(えみきん)体操で人生をもっと豊かにもっと楽しく」

11月20日(水) 10:時30分～12時30分(10時より受付)

会場のご案内



- 救急外来(救急車入口)向かい側消防活動空地の横となります**新病院からは入れません。**
- 外来駐車場をご利用下さい

笑み筋体操とは・・・
お顔の表情筋のストレッチ運動を行い「副作用のない良薬」と言われている“笑い”の習慣を身につけることで、脳内の笑う回路を刺激して若々しい脳の維持を図ります。
研究報告の中には、笑う頻度が少ない群ほど認知機能低下があるという研究報告もあり近年“笑い”の**認知症予防効果**が期待されています。

参加申し込み用紙

小牧市民病院 看護局 行

FAX: 0568-76-4145

氏名	年齢	性別(○を)
		男 女
		男 女

*ご記入いただいた個人情報は、今回の公開健康講座の申し込み以外の使用は致しません

◆問い合わせ◆

☎ 0568-76-4131

(平日受付10時～17時)

メール: kangokyoku@komakihp.gr.jp

〒485-8520 愛知県小牧市常普請1丁目20

小牧市民病院 看護局 担当 すげさわ・きたた

参加費 **無料**

申し込み期限

11月15日(金)

当日参加も可