

第1回 みま～も大和 地域ネットワークづくりのご案内

<テーマ>

～薬剤師と管理栄養士による～

熱中症を予防しよう!



みま～もくん みま～もちゃん

7/18 (火) 14:00～16:00 (開場13:30)

参加無料

定員

50名

(モノを売る事はないのでご安心ください)

プログラム

講演1: 14:10～14:40

「熱中症予防: 熱中症とは? 予防法と対処法、水分補給の重要性とタイミング、注意事項」

講師: 木村 大輔 先生

講演2: 15:00～15:30

「ロコモティブシンドローム予防: ロコモとは? あなたはロコモ? ロコモ対策(ロコトレ)」

講師: 太刀岡 桃子 先生

15:30～15:50 クールダウン: 脳トレ

(会場)

大和市文化創造拠点

シリウス 602 講習室

610

講師

熱中症講座

薬樹薬局光が丘 薬剤師

木村 大輔 先生

運動講座

薬樹薬局南林間 管理栄養士

太刀岡 桃子 先生

みま～も大和 高齢社会に対応した大和市民の手による見守りネットワークをつくる会です。

会 長 社会福祉法人県央福祉会 理事長 佐瀬睦夫

事 務 局 社会福祉法人県央福祉会 企画部 入倉大樹、薬樹株式会社 取締役 町田剛、同薬剤師 中村麻衣子、一般社団法人健康コンシェルジュ日本 理事長 藤田満穂 その他

【お問い合わせ】コミュニティカフェ「お元気さん」

運営: 一般社団法人健康コンシェルジュ日本

〒242-0017 大和市大和東2丁目5番10号

電話046-259-9570 FAX: 046-259-9270

お申し込みは
お電話で

☎: 0120-918-700