

フレイル・認知症予防 わはは（笑葉歯）健康教室

手作業で認知症予防をしましょう

- ① 健康状態を知る。
健康測定：自律神経、体組成、呼気圧など
- ② ミニ講義と手作業：粘土でミニ狸を作ってみましょう。
- ③ 体組成に応じた食生活の提案します。
- ④ 健康相談に応じます。



- 1. 日時 令和 7 年 10 月 21 日（火曜日）13:00～15:00
- 2. 場所 地域連携・実践研究センター
（大阪歯科大学看護学部1F）
- 3. 対象 中高年から高齢者までの希望者（先着20名）
（事前申し込みなしで参加できます）

「わはは健康教室」は 毎月第三火曜日の13:00～15:00に実施します。

お気軽にお越しください

※正午に京阪電車が運行見合わせになっているときは中止となります。