

参加費  
無料

後援: 杉並区 公開講座

# 「地域とともに歩むリハビリ講座」 ～コグニサイズで脳と体を鍛えよう!～

令和7年10月17日(金)  
14:30～15:30

講師 中山 陽貴

(河北前田病院 理学療法士)

会場 河北前田病院 5階 食堂兼談話室

申し込み随時受付中

定員 25名 ※お申し込みはお早めに!

内容

1

コグニサイズって  
なに?



2

コグニサイズを  
やってみよう!

3

質問タイム

介護相談受け付けます



お気軽にご参加ください!

当日は動きやすい服装・運動靴で来てください!

- ・お申し込みは、下記までお電話ください。
- ・体が痛くてできない方は、見てるだけでも大丈夫です。

主催  
お申し込み先

河北前田病院

〒167-0031 杉並区本天沼1丁目2-1

03-3330-0384

(受付時間)9:00～16:30