

コグニサイズ指導講習

参加者募集

コグニサイズを習得して、サロンで活用してみませんか？
体験してみるだけでも OK です。ぜひ、ご参加ください。

講習内容

コグニサイズとは、「コグニ (cognition : 認知)」と「サイズ (exercise : 運動)」を掛け合わせた用語です。頭を使いながら、体を動かすことで、心身の機能を効率的に上げていくプログラムです。

100種類以上あるコグニサイズ (脳トレ) のメニューをお伝えします。

講師：中津 智広先生

(のぞみの丘ホスピタル コグニサイズ認定理学療法士)

日時・場所

日時： 11月10日 (水)・17日 (水) 2回コース

13時30分～15時 (90分)

場所： 福祉センター (大ホール)  可児市今渡682-1

申込締切：定員 (50名程度) に達し次第締め切ります

事前にお電話でお申込みください。

申込み： 高齢福祉課 地域包括ケア推進係

☎ 62-1111 (担当：齊藤)