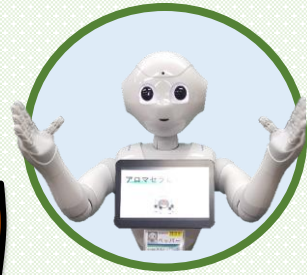


光彩通り保健室
ささえて
健康講座

ペッパーと学ぶ 身体と脳の健康づくり



ロコモ体操

気軽にできる体操で
ロコモに負けない身体づくり

★ロコモ度チェック

★ロコモ体操



午後 2 時 00 分～3 時 00 分

脳トシ



ペッパーと一緒に
楽しみながら脳を活性化！

★もの忘れチェック

★いきいき脳体操

★いつ子式 グーパー体操

午後 3 時 15 分～4 時 15 分

お薬相談

薬剤師によるお薬相談会を無料開催します。

お気軽にご相談ください！

普段お使いのお薬手帳や残薬をお持ちください



日時

H29 **12月14日(木)**

午後 1 時 30 分から 4 時 30 分

参加無料

場所

光彩通り保健室

「ささえて」

電話：代表 022-227-2211

内線 (3005)

仙台市青葉区国分町 2 丁目 3 番 2 号

(広瀬通り側エトスビル 1 階)



ソフトバンクロボティクスのPepperを使用し、独自に実施しています