

事業実施報告書

平成28年9月本講座 「生き活きと暮らすための健康づくり」

日時	平成28年9月20日(火) 午前10時00分～11時15分	場所	中央公民館 大ホール
参集人員	150名	対象者	ことぶき大学受講生
職員	中央公民館長 佐藤 豊、主任主査 常松 浩二		
事業内容	<p>【講師】 公益財団法人 会田病院 リハビリテーション科 作業療法士 鈴木 友美 氏 理学療法士 佐川 航大 氏</p> <p>【概要】 健康づくりに関する国の政策、平均寿命と健康寿命の解説及び健康寿命延伸に必要な要素などをパワーポイントを活用した講演があり、加えて運動機能の低下抑制に効果的とされる日常生活で行う運動を講師の指導により学級生全員で体験しました。</p>		

