

# 高齢者の健康や幸福と ふまねっと運動※

※あみを踏まないようにゆっくり歩く優しい運動です。楽しみながら認知・歩行機能の向上を図ることができます。



参加無料  
一般市民

2024 6.22 土

時間 14:45~15:45

場所 道民活動センター  
かでの2・7 820 研修室  
札幌市中央区北2条西7丁目

後援 札幌市  
北海道社会福祉協議会

もり みつる

講師 森 満 先生

札幌医科大学名誉教授  
前北海道千歳リハビリテーション大学学長  
認定 NPO 法人ふまねっと理事

本講演会では、高齢者の健康や幸福を高める生活の過ごし方や、全国に広がる健康運動「ふまねっと」の効果について、公衆衛生学に長く携わる森 満先生がわかりやすくご紹介します。

【主催・お申し込み先】 認定NPO法人ふまねっと

TEL 011-807-4667 FAX 011-351-5888

申込代表者	
氏名	
団体名	
連絡先電話番号	

いっしょに申し込む方	
①	②
③	④

6月14日 金 申込締切

お申込後は返信いたしませんので、当日会場にお越しください。定員超過の場合のみご連絡を差し上げます。