

精神保健医療の在宅促進を考える会

精考会

精神障害者の社会問題、医療と医療を取り巻く
企業の情報交換、社会貢献意識の輪を広げていく勉強会

精神の健康と運動

～精考会 Restart～

テーマは「精神の健康と運動」です。

医療・福祉従事者のみならず、当事者・ご家族・地域の方の
学びにも繋がる内容です。お誘いあわせの上、ご参加ください。

講師：精神障害者の在宅促進を考える会
主宰 秋田 啓次

内容：認知症予防、学力向上、睡眠改善、若返り、
免疫力向上を含めた45分の講義に加え、
その後は脳トレ、クラップ体操、笑いヨガなどを
取り入れた楽しい学びの時間となります。

日時：2024年9月20日（金）18:30～（約90分）

会場：大和地所三宮ビル3階会議室
（兵庫県神戸市中央区磯辺通3-1-2）

アクセス：ポートライナー「貿易センター駅」すぐ

費用：参加無料（終了後の懇親会参加の場合は実費）

申し込み：精考会ホームページ内「スケジュール」から、
申し込みフォームにて受付しております。

※右のQRコードから→ → →

