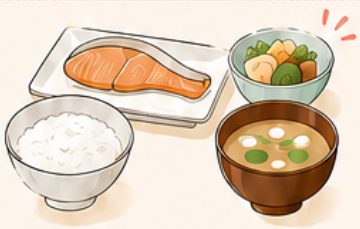
「健康講座」開催のご案内

SANTA MARIA

老人保健施設 サンタマリア の健康講座

老人保健施設サンタマリアは、
地域の皆様へ向けて高齢者に特化した健康講座を
開催します。皆様お誘い合わせのうえ、
ぜひご参加くださいませ。

開催日時	講　座
令和8年 9月16日(水) 15時～16時	貯筋(ちょきん)で100年元気に！ ～椅子に座ったままできる「ながら」フレイル予防～ リハビリ部
令和8年 12月2日(水) 15時～16時	肌荒れを予防しましょう ～冬の乾燥、その他肌トラブルを防ぐには～ 看護部
令和9年 1月13日(水) 15時～16時	バランスの良い食事とは ～高齢者に必要な栄養素、食から作る健康～ 栄養部
令和9年 3月10日(水) 15時～16時	認知症の特徴と対応方法 ～最近気になる、あんな行動。一緒に考えてみましょう！～ 介護部



当日は講座の他に

サンタマリアの紹介と
併設の聖霊居宅介護支援事業所のケアマネによる
介護保険制度にかかるご相談もできます！

【会　場】 老人保健施設サンタマリア内3階会議室
（名古屋市天白区鴻の巣一丁目1101番地）

【参加費】 無　料

【申込方法】 参加者氏名、参加講座名、参加者を電話にてお知らせいたします

電話番号：803-3611　担当者：石塚

※各定員講座は10名とし、締切は開催日の10日前までといたします。