

健康福祉  
まつり  
にて開催!

# 高知県立大学健康長寿センター 体験型セミナー



## テーマ「元気の秘訣」 講師 渡邊美保

(高知県立大学看護学部、老人看護学領域教員)

“生涯元気”と言葉では簡単に言えるけれど、実際はどうでしょう。自分がこれからもずっと、元気で、楽しく、過ごす姿を想像できますか。これからも元気でいるためには、自分、地域で何が必要なのか、みんなで考えてみませんか。お待ちしております。

日時

10月4日 (土)

講演前に是非お立ち寄りください!

13:00~14:00 展示・体験コーナー  
骨健康度測定、血管年齢測定 など

14:00~15:30 講演・話し合い・体操

場所

大川村総合福祉センター3階ホール

(お問合わせ先)  
大川村役場総務課  
電話：84-2211



共催 大川村