

毎月第2火曜は



介護予防マイスター



学校法人
大阪医科薬科大学

看護学実践研究センター



カムカムサロン

でウェルビーイングに

場所： 大阪医科薬科大学 看護学部(本部北キャンパス)
2階 第2講義室 ※裏面地図参照

時間： 11時～12時

これからの生活に健康づくりを！

大阪医科薬科大学 看護学部の先生から健康知識を学び、
介護予防マイスターと体操して、お口と体を鍛えます。要申込(定員：20名)



偶数月(大阪医科薬科大学 ミニ講座 + 体操)		奇数月(介護予防マイスターサロン)	
4月8日	【慢性期成人看護学】 「飲み込む力を鍛えよう」	5月13日	❖30分体操 ますます元気体操 もてきん体操 ❖健康クイズとおしゃべり 薬膳茶で一息つきましょう♪ (お茶代として、100円のご負担をお願いします。)
6月10日	【在宅看護学分野】 「脳もイキイキ！楽しく認知症予防」	7月8日	
8月19日 ※第3火曜日	【急性期成人看護学分野】 「筋力維持のための栄養と運動」	9月9日	
10月14日	【がん看護学分野】 「胃切除後の食事の摂り方」	11月11日	
12月9日	【臨床医学分野】 「転倒予防のために大切なこと」	1月13日	
2月10日	【母性看護学・助産学分野】 「ぐっすり眠るコツ！ 知っておきたい睡眠の基礎知識」	3月10日	

<お問合せ>

高槻市 長寿介護課 (介護予防・社会参加促進チーム)

☎ 072-674-7166

電話またはホームページで
各回お申し込みください
(裏面)



