

Timetable



10:00

ご挨拶



10:10

基調講演

「笑いと健康 一笑いをもたらす素敵な効果ー」

講座と体験コンテンツは
受付時に整理券を
配布します。

11:15

1講座:30分

講座

講座 1

認知症あれこれ
ー食事、薬、糖尿病ー

講座 2

イライラ、
もやもやした時の対処法は？

講座 3

ちょい足し運動で健康づくり

講座 4

災害時の栄養バランスを考える

11:15~11:45

1講座:30分

体験

ニュースポーツ
(ポッチャ・ラダーゲッター)

ヨガ体験

足の健康・靴選び

1回目 11:15~11:45

2回目 12:00~12:30

講座

×

体験

講座の後に体験コンテンツの
受講が可能です。

体験

×

体験

体験コンテンツ2つの
受講も可能です。

12:30

終了

参加申し込みはコチラから

※当日の参加も可能です



注意事項

- ・事前参加申込は、イベント全体の申し込みとなります。講座、体験に関しては、当日受付で整理券を配布いたします。(定員になり次第終了)
- ・ヨガ体験をご希望の方は、動きやすい服装でご参加ください。

Access

〒467-0867

愛知県名古屋市瑞穂区春敲町2-13

詳しくはコチラ



駐車場の用意はございませんので、
公共交通機関またはお近くのコインパーキングのご利用をお願いいたします。



申込み・問い合わせ先

052-882-1123