

2021年度運動プログラムの のご案内

定員 40 名
参加費無料

※定員に達し次第
受付終了



60-40
2×10
5+15



【対象】

65歳以上の方（自宅でのDVD視聴が可能な方、身体を動かすことに支障のない方）
DVD視聴が難しい場合でご参加希望の方はご相談ください。

【内容】

DVDによる簡単な体操を自宅で毎日実施していただきます。運動・認知機能測定、簡単なアンケートも実施いたします。

【開催場所】

神戸大学医学部保健学科

*動きやすい服装・靴でEF棟(正門入って右側)の玄関ロビーにいらしてください。

マスクの着用、来校前の検温実施、建物入り口等での消毒液の利用等、感染予防対策へのご協力をお願いします。

徒歩：神戸市営地下鉄「名谷駅」から約15分

バス：神戸市営地下鉄「名谷駅」より神戸市バス78系統乗車「友が丘中学校前」バス停下車、徒歩約4分

タクシー：神戸市営地下鉄「名谷」駅より約5分



皆様のご参加お待ちしております！

《主催》

神戸大学大学院保健学研究科地域連携センター運営委員会
地域高齢者・認知症の方とご家族への支援事業

「2021年度運動プログラム」参加申込書

FAX : 078-796-4509

E-mail : a-hayashi@pearl.kobe-u.ac.jp

氏名

性別

年齢

男・女

才

住所 〒

電話番号：

FAX番号：

メールアドレス：

初回来校希望日（第1希望に◎、第2希望○、第3希望△をつけてください）時間は13時30分から15時です。

2022年 2月10日（木） 17日（木） 18日（金）
22日（火）

※参加はFAXもしくはメールにてお申込みください。

FAXまたはメールの受信をもって参加申込受領とさせていただきます。

第1希望でない日またはご参加いただけない場合はご連絡いたします。

【お問い合わせ】

〒654-0142 神戸市須磨区友が丘7-10-2

神戸大学大学院保健学研究科地域連携センター運営委員会

地域高齢者・認知症の方とそのご家族への支援事業（林 敦子 内田智子）