



鶴甲いきいきまちづくりプロジェクト

～アクティブエイジングを目指して～

第12回アカデミックサロン



好評につき
第2弾！！

めざせ、いつまでも現役 たのしい!!かんたん!!健康教室

「自分は老化とは無関係」私は最後まで現役だ！」

と、ひそかに思っていないですか？

実際には、老化による身体の衰えは誰にでもやってきます。

音楽に合わせて、体を動かし、頭を使い、人と交流しながら、

現役パワー持続を目指しましょう！！

日時：2014年7月26日(土)

13:00～14:30

会場：神戸大学 発達科学部(大会議室)

定員：30名(参加費無料)

対象：60歳以上の方

※お申込みは、個人orご家族単位でお願いいたします。

(ご友人同士でのお申込みは、各々でお願いします)

参加の可否および詳細は、申込締切日以降に改めてご連絡いたします。

申込につきましては、裏面をご覧ください

【お問い合わせ】 神戸大学発達科学部アクティブエイジング・プロジェクト室

〒657-8501 神戸市灘区鶴甲3-11 神戸大学発達科学部A118 TEL&FAX：078-803-7963 (直通)

E-mail：kuaap@h.kobe-u.ac.jp URL：<http://www.h.kobe-u.ac.jp/ja/activeagingproject>

※このプログラムは、本プロジェクトが実施した「鶴甲地区在住のシニア世代の日常生活と地域生活に関する調査」で寄せられたご意見に基づき、開催しております。