

# 高齢者の体力測定と運動

—認知症予防へ向けた運動を体験してみよう—

- 日時：2024年11月3日（日）
- 1回目13：00～ / 2回目14：00～
- ①簡単な体力測定
- ②頭を使った運動を体験しよう
- 場所：東京保健医療専門職大学 302教室（3階）

