

健康ひょうご 21 県民運動北播磨会議

令和7年度

健康づくり推進員フォローアップ研修会

《参加人数》87名の参加がありました。

日 時：令和7年12月5日（金）14:00～16:00

場 所：加西市健康福祉会館 2階研修室

講演：「自分の最期について考えよう

～アドバンス・ケア・プランニングの実践に向けて～」

講師：姫路大学 看護学部 教授 中木 里実 氏



情報提供

「認知症について～これからの生活～」

加東健康福祉事務所 地域保健課

保健師 森本 有香

健康体操

+10分(プラス・テン)エクササイズの実践

