

サンカルナ久留米：サンカルナホール

2023年7月23日 開催

聖マリア病院 福井卓子氏によるセミナー

「人生100年時代を軽やかに生きる。」

福井氏によるセミナー開催

入居ご検討者様向けに、聖マリアヘルスケアセンター国際保健センター副センター長である福井卓子氏による生活習慣病予防のセミナーを開催。データが記載された資料を用いながら、人生100年時代を健康に生きるためには、普段からどのような生活を心がければいいのかを詳しく解説してくださいました。



理学療法士による運動指導

聖マリア病院の理学療法士4名による、運動指導も開催。自分の筋肉量や体力を測り、維持していくためにはどうすればよいのかを解説してくださいました。2名1組のペアで行いましたが、大盛り上がりで笑顔の絶えない運動指導となりました。



施設見学会と個別相談会

セミナー後、希望者には施設見学会と個別相談会を実施。まだまだ現役世代のお元気な方が多くいましたが、今後の人生を具体的に考えるいい機会になられたようです。また、入居検討者だけでなくそのご家族も、ご両親や親族様のために参加されている点も非常に印象的でした。



サンカルナ久留米

電話番号：0120-428-102

営業時間：平日 10時～17時

担当：安丸（不在時は平田・光石）

住所：久留米市津福本町198-2

今後も、様々なイベントやセミナーを開催していきます。

どうぞお楽しみに！

