

知って得する！

第4回

おおた健康講座



日時

健康に興味のある方ならどなたでも大歓迎！

11月10日(日) 10:00~11:30

会場 ERINAダンスアカデミー本部
東急池上線「池上」駅より徒歩3分

参加費 無料

講座内容

●年をとってもイキイキと！
「**身体の健康と変化について**」

講師：飯塚 あい 氏
内科医師 / 東京都健康長寿医療センター研究所 研究員



●シニアに人気のダンス体操！
「**「プリベンションダンスを体験しよう」**」

講師：高橋 英理奈
一般社団法人ERINAダンスアカデミー 代表理事



あなたの悩みはみんなの悩み？！「専門家に聞いてみよう！」

あなたの悩みは発信していないだけで、皆さんの悩みであることがあります。
今回は気軽に質問できる時間をたっぷり設けます！
日頃気になっていることをみんなで共有してみませんか？



▶申し込み方法は裏面をご覧ください

本講座はR1年度大田区地域力応援基金助成事業より助成を受け実施しています



申込方法

定員：先着順20名 (定員になり次第締め切ります)

メール又はお電話にて受付致します。
その際、**①お名前②ご年齢③ご連絡先**をお伝え下さい。

講師紹介

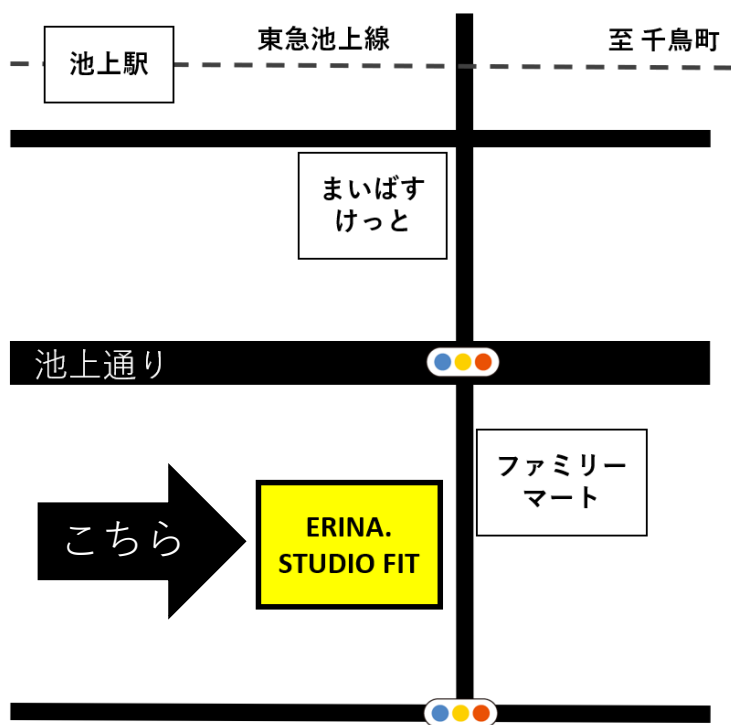
❖飯塚 あい

埼玉医科大学医学部を卒業後、東京都健康長寿医療センターにて初期臨床研修を行い、東京都立神経病院 脳神経内科を経て現職に至る。現在は主にボードゲーム等の知的活動を活用した認知機能低下抑制プログラム、世代間交流プログラムの開発と、その効果評価に関する研究を行っている。専門は老年医学、公衆衛生学。

❖高橋 英理奈

一般社団法人ERINAダンスアカデミー代表理事/有限会社ERINA.STUDIO FIT 代表取締役
プロアクロバットチームに入団後、舞台、メディア、テーマパークでダンス経験を積む。
2009年より有限会社ERINA.STUDIO FITを設立し、子どもたちを中心にダンス指導を行う。
2017年一般社団法人ERINAダンスアカデミー設立。
予防対策ダンス「プリベンションダンス」をプロデュース。

会場案内



お問合せ

一般社団法人
ERINAダンスアカデミー事務局
〈担当：高橋・松村〉

●メール
e.dance.a.Tokyo@gmail.com

●電話
03-3755-4809
(平日12:00~16:00)

●主催
一般社団法人ERINAダンスアカデミー