

心身機能活性  
運動療法による

**改善できる！！**

認知症・うつ病・脳卒中後遺症、パーキンソン病  
自閉症、脳性まひ等

# 健康づくり講座



「脳と心と体」を総合的に活性化し、健康と明るい心を取り戻す心身機能活性運動療法のセミナーが黒石市で開催されます。病気改善をあきらめかけている方、家族、福祉関係者など興味のある人なら誰でも参加できます。

**日時：11月19日（木）16時～18時（受付開始 16時）**

**会場：黒石市立老人福祉センター（53-3961）**

**住所：青森県黒石市北美町一丁目 65-1（中部公民館となり）**

- 内容**
- ① 心身リハビリデイサービスでの改善事例発表
  - ② 小川真誠氏講演（心身機能活性運動プログラム考案者）
  - ③ 「心身体操」の実習
  - ④ 心身機能活性プログラム体験コーナー及び 小川先生個別相談会（無料）

**参加費：無 料**

**主催：合同会社ユートピア 心身リハビリデイサービス**

**後援：黒石商工会議所**

16:00～ 受付開始  
16:10～ 改善事例発表

講座スケジュール

「認知症」、「うつ病」、「脳卒中後遺症」、「パーキンソン病」の改善等

16:30～ 講演  
(内容) 上記症状及び脳性麻痺等の改善事例DVD紹介  
17:00～ ○生活習慣病予防「心身体操」の実習  
17:15～ 心身療法体験コーナー及び 小川先生個別相談会(無料)  
～18:00頃まで (運動しやすい服装で、お気軽にお越しください)

<講師紹介> **小川 眞誠氏**



1941年生まれ、NPO日本心身機能活性療法指導士 理事長  
講師は、家族と友人の死の体験から。脳と心と体を鍛える「心身機能活性運動療法」  
を20年数年前に考案され、高齢者から子供まで元気に過ごす社会を創りたいと活動されています。  
認知症・うつ病・脳卒中・障がい児(者)の改善に取り組まれた長年の思いが詰まった講演です。

講座申し込み (FAX 0172-40-0115)

お名前		年齢	
ご住所			
お電話番号			
参加の動機 (病名など)			
講座を知るきっかけ	1. 紹介(紹介者: ) 2. チラシを見て 3. インターネット 4. その他( )		

・お問い合わせ **合同会社ユートピア 心身リハビリデイサービス**

青森県黒石市袋井3丁目53-12 担当 齋藤まで (080-5197-3824)

TEL: 0172-59-0363

FAX: 0172-40-0115

メールでお申し込みの方 [yuutopia@shinshinriha.net](mailto:yuutopia@shinshinriha.net) まで上記内容をご連絡下さい。

ホームページ <http://shinshinriha.net/> のお問い合わせページからも連絡可能です。