

第2回 創成東病院
メンタルヘルスを学ぶ市民講座
こころとからだに
良い運動



講座内容

筋弛緩法でこころも
からだもリラックス

認知症予防プログラム
「コグニサイズ」とは？

講師紹介

中野倫仁（なかののりひと）医師

創成東病院でメンタルヘルス外来・もの忘れ外来を担当。

専門分野： 心身医学、職場のメンタルヘルス、老年精神医学

主な資格： 精神保健指定医、日本精神神経学会認定精神科専門医・指導医、
日本医師会認定産業医、日本老年精神医学会専門医・指導医、公認心理師

日時

2024年6月27日（木） 16:00～17:00

会場

創成東病院 2階会議室

住所

札幌市中央区南3条東3丁目13番地

問い合わせ先

TEL.011-222-2117（代）

参加無料
予約不要

【参加にあたってのお願い】

- ・発熱や咳などの体調不良がある方は参加をご遠慮ください。
- ・来院時からお帰りになるまで不織布マスクの着用をお願い致します。
- ・エレベーターの横で検温、アルコールで手指消毒をお願い致します。
- ・感染症拡大やその他事情により開催を見合わせる可能性があります。あらかじめご了承ください。日時変更や中止などがあった場合は、創成東病院のウェブサイトに掲載致します。



創成東病院
ウェブサイト