

フレイル予防講座

いつまでも元気でいたい！

と き: 5月30日(金)午後2時～3時30分

ところ: 坂本民主診療所ホール

講 師: 比叡安心長寿相談所保健師さん

定 員: 30人

★寝たきりにならないために
フレイルを正しく知って健康を保ちましょう



電 話 077-577-3020(平日午前中)

FAX 077-577-3021

主催:しが健康友の会 健康づくり委員会

キ リ ト リ

参加申込書

氏 名	住 所	電 話