

健康づくり講演会

コロナに負けるな！ 今日から始めるフレイル対策

コロナの影響で閉じこもりがちになることにより「コロナフレイル」が心配されています。フレイルを予防するには、『栄養』・『運動』・『社会参加』が大切！フレイル予防のコツを学び、コロナ禍でも元気に過ごしましょう！



日時

令和4年**3月4日**(金) 午後**1時45分～4時30分**

場所
講師

中央公民館 視聴覚ホール (猪名川町白金 1 丁目 74-16)

管理栄養士による 『食事のお話』 & 『椅子空手体験』

上野 みどり さん ・ **吉田 満由美 さん** (なの花西日本)

歯科衛生士による 『お口の健康のお話』

太田 智美 さん (カミングハーモニー)

定員

40名(先着)

参加費

無料

申込

2月24日(木)までに、裏面の申込内容を FAX・電話・メールにて

※メールの際は、件名に「健康づくり講演会申込」と記載ください。

その他

当日、発熱等、体調不良の方は、参加をご遠慮ください。

新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、オンライン(Zoom)での開催または中止となる場合があります。(申込者に個別でご連絡させていただきます)



《申込・問い合わせ先》

お気軽にお問合せください！

社会福祉法人 猪名川町社会福祉協議会 (担当: 小林)

【TEL】072-766-1200 【FAX】072-766-8511

【E-mail】yuuai-chiiki@inagawa-syakyo.or.jp



★FAX・お電話・メールにてお申し込み下さい★

社会福祉法人 猪名川町社会福祉協議会 宛

【FAX】 766-8511 ・ 【TEL】 766-1200

【E-mail】 yuuai-chiiki@inagawa-syakyo.or.jp

令和 4 年 月 日

健康づくり講演会 申込書

ふりがな 名 前		性 別	男・女	年 代	代
住 所	〒				
電話番号		FAX			
メール アドレス	※オンライン開催となった場合等のために、ご記入をお願いします				
オンライン 受講	Zoomにて受講 可・不可 (どちらかに○をしてください)				
どこで この講演会を 知りましたか？ (複数可)	① 広報いながわ ② チラシ・ポスターを見て (どこで知りましたか？) ③ ホームページを見て ④ いなぼうネット ⑤ その他 ()				
備 考	何かございましたらご記入ください。				

★FAX・メールにてお申し込みの際
4日以内に担当よりご連絡させて
いただきます。

★万が一、返信がない場合
お手数ですがご連絡を
お願いいたします。

