

令和7年度フレイル予防健康教室開催のお知らせ

フレイルを予防しよう！

元気で長生きするためにみんなでフレイル予防に取り組みませんか？



中南・保健福祉館

①松谷先生のお話し

10月30日（木）

②試食と山中栄養士のお話し

11月20日（木）

③フレイル予防の体操

松井理学療法士

12月4日（木）

* 開催時間はいずれも14時から15時

花園生活改善センター

①松谷先生のお話し

11月27日（木）

②試食と山中栄養士のお話し

12月19日（金）

③フレイル予防の体操

松井理学療法士

1月22日（木）

* 開催時間はいずれも14時から15時



申し込み先 かつらぎ町役場 健康保険課 健康推進係
Tel 0736-22-0300（内線2218） 担当者 木村あきこ、山中