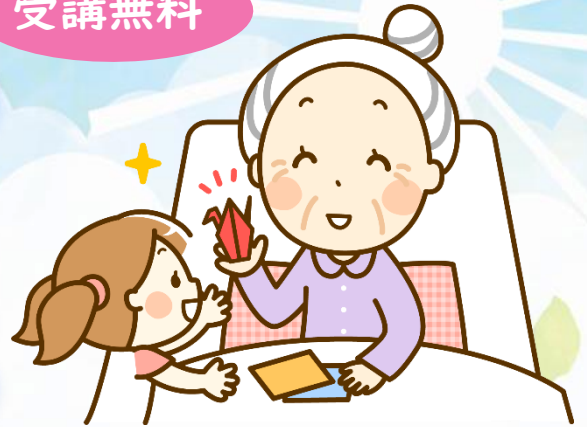


あなたは大丈夫？

フレイル 予防講座

受講無料



人生100年時代。自分の人生は自分で選ぶ！創る！

フレイルってなに？

要介護になる
前段階

健康な状態に
戻れる可能性あり！



フレイル

要介護状態は
健康になるのが
難しい！



講師 明治安田生命保険相互会社

木之下 弘美 氏

令和 7 年 **9/26 (金)**
14:00-15:30 (開場 13:30)

始良市立中央図書館 1F 研修室

定員 約 40 名 (定員になり次第締め切り)

お申込みは WEB もしくは来館で



申込スタート 8/26 (火) ~

左の QR コードから WEB 申込み、
または申込書を始良市立図書館
(中央・加治木・蒲生)にご提出下さい。

ふれあい講座
お問い合わせ

TEL : 0995-64-5600 FAX : 0995-64-5601
始良市立中央図書館 始良市西餅田 489-3

本講座は、健康づくりを応援「アイラリー」
の対象イベントです。



きりとり線

令和 7 年度始良市立図書館 ふれあい講座「あなたは大丈夫？フレイル予防講座」申込書

氏名 (ふりがな)	住所	電話番号 (日中連絡のつく電話番号)
代表者		
同伴者		

※代表者と違う場合のみお書きください。

(NO.)