

## 元気づくり推進事業

今年も取組めます！

(シリーズ No.2)

### 〈年間計画〉 連続申込み "可"

- 済 ①6月10日(水) フレイル予防(実技・お話) & お楽しみサロン  
② 7月15日(水) フレイル予防(実技・お話) & お楽しみサロン  
③ 8月12日(水) フレイル予防(実技・お話) & お楽しみサロン  
④ 9月 9日(水) フレイルチェック講座

# 「フレイル予防体操」教室 & サロン

※ お楽しみサロン は「懐メロ "歌声喫茶" (ピアノ演奏)」

ピアノゆうゆう塾 五十嵐香織 さま

●日時 7月15日(水) 10:00~11:30

●場所 大石コミセン 大ホール

●対象 地域の中高年 (定員 25 名)

●講師 健康運動指導士 漆崎 由美 先生

(生涯体育学習振興機構 理事長)

●参加料 無料

●申込み 6月15日(月) から先着順にて受付し、

定員に達し次第終了します。

※ 下記申込書を「大石コミセン」まで提出してください。(FAXでも可 72-0002)



主催：まち協 健康・福祉部会 共催：春江北部ふくしの会

No.2

フレイル予防  
体操教室&サロン  
申込書

氏名 \_\_\_\_\_ 年齢/ \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

☎(携帯) \_\_\_\_\_

【連続申込み】

希望する ・ 希望しない