

「住み慣れた地域で、
安心した生活を続けよう！」



第 2 回

「健康でいるためには？
（健康・フレイル予防）」

日時：令和4年8月25日（木）
午後2時～3時30分



担当：保健師（光が丘地域包括支援センター職員）

場所：旭町南地区区民館 会議室 2

- ・6回の講話会です。1回からの参加も可能です。
- ・5回以上参加された方には修了証などをお渡しします。
みなさまの参加をお待ちしています。

※参加希望の方は事前に下記までご連絡ください。（定員20名）

※旭町南地区区民館での申し込みもできます。

※当日は検温消毒等、新型コロナウイルス感染予防対策を十分に行い開催しています。

光が丘地域包括支援センター
共催 旭町南地区区民館



連絡先：光が丘地域包括支援センター
担当：梶俊幸・広瀬優子
☎ 03-5968-4035