

主催：北区在宅医療・介護連携推進会議／北区大淀老人福祉センター

# 健康 セミナー



「在宅医療と介護の連携」で住み慣れた町で安心して暮らすために

日 時 平成30年 **12月20日** (木) 14:00~16:00

場 所 大淀老人福祉センター

参加者全員に「すてきな粗品」プレゼント

内 容 テーマ「フレイル予防について」

～住み慣れた町で健康・長生きの秘訣を教えます～

「フレイル」とは、加齢とともに心身の活力「筋力や認知機能」が低下し要介護状態になる危険性の高まった状態です。元気で長生きするためには「フレイル」を予防する事が大事です。この講習会に参加してフレイル予防法を実演しましょう。是非この機会にご参加ください。



講 師 整形外科 森田クリニック **森田昌宏** 先生

定 員 80名程度 (先着順)

受付方法 11/6 (火) より電話又は直接センター窓口へ

問 合 先 **北区大淀老人福祉センター ☎6374-0873**

大阪市北区本庄東1-24-11

健康セミナー参加申込書 (12月20日開催分)

氏 名		電話番号	
地 域	北 区 ・ 他 区	年 齢	～59歳 ・ 60歳台 ・ 70歳台 ・ 80歳～

※申込者の個人情報、センターの事務連絡・ご案内以外には使用いたしません