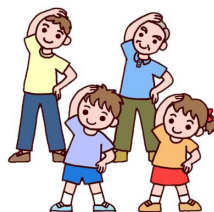


沢良宜いのち・愛・ゆめセンター地域交流促進事業

ほっと・ふれ愛 ラジオ体操

連続ミニ講話



申込
不要

よ ぼ う ひ け つ フレイル予防の秘訣

げんき
～いつまでも元気でいたい あなたへ！～

10/6 (月)

フレイル予防のために皆さんに
知っていただきたい食事や運動、
生活のコツをお伝えします。



講 師 南保健福祉センター保健師

時 間 午前9時20分～15分程度
(ラジオ体操終了後)

参加費 無料

【主催】
茨木市立沢良宜いのち・愛・ゆめセンター
茨木市沢良宜浜三丁目12番19号
Tel 072-635-7667

【運営主体】
特定非営利活動法人はっちぼっち
茨木市沢良宜浜三丁目14番1号
Tel 072-648-7980