

これから挑戦しましょう！
あなたの心身の力

参加者
募集

令和
2年度

フレイル予防 講座継続中

フレイルとは

「加齢により、心身の活力が徐々に低下した状態」を表した言葉です、当講座では、フレイルの予防・健康法を伝授します。

実施期間

令和2年4月～令和3年3月まで
毎週木曜日の午後開催(2時間程度)

開催場所

日向市平岩ふれあい館
(日向市大字平岩 391-1-1)

募集定員

20名程度

講座内容

保健師・理学療法士・言語聴覚士等による
健康指導を1年間実施します。

対象者

日向市在住で60才以上の方が対象になります。

会費

お一人様 1,000円

尚、申し込みは年間通じての受講になります。



※平岩ふれあい館まで交通手段の無い方
ご相談に応じます。

25th Anniversary ご長寿ケアをデザインする



社会福祉法人 立総合会

【詳細・お問合せは】

平岩ふれあい館 TEL 57-2324

〒883-0022 日向市大字平岩 391-1-1