

# フレイル予防 と健康づくり



# 1/25

## (火)

### 13時30分～15時30分



講師

健康アドバイザー 健康運動指導士

NPO法人ヘルス・フィットネス・フォーラム代表

## 松元 義人氏

動きやすい服装で  
タオルや水分をご持参ください。

実費**100**円

定員15名

事前にTELまたはFAXにてお申込ください。  
キャンセルされる場合はお早めにご連絡ください。

開催場所  
申込み  
問合せ

## 大分県社会福祉介護研修センター

(大分市明野東3-4-1)

TEL 097-552-6888

FAX 097-552-6868

きりとり

氏名(ふりがな)

電話番号(日中連絡のとれる番号)