

11/1受付開始

# フレイル予防

## と健康づくり



**1/24 (火)**

**13時30分～15時30分**

講師

NPO法人ヘルス・フィットネス・フォーラム代表  
健康アドバイザー 健康運動指導士

**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**25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)