

いきいき元気あっぷ教室

健康長寿カレッジコース開催

要予約！

お申込みについては
裏面をご覧ください。

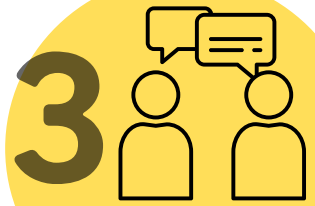
65歳以上
焼津市民
対象



1
医師など専門職
による講話



2
講話の前に
焼津ころぼん体操



3
皆でワイワイ
楽しく学べる



令和7年度 第1回健康長寿カレッジコース日程

1限目：令和7年6月5日(木) 13:30～15:00

ロコモティブシンドロームについて 講師：谷口整形外科医院
院長 谷口正和 氏

2限目：令和7年6月19日(木) 13:30～15:00

健康維持はお口から 講師：岡本石井病院
歯科衛生士 金森麻衣子 氏

3限目：令和7年7月3日(木) 13:30～15:00

運動・栄養セットで学ぼう 講師：焼津市医師会
理学療法士 東菜々美 氏
管理栄養士 柳澤利哉 氏

4限目：令和7年7月17日(木) 13:30～15:00

楽しくおさらい健康話

会場：焼津市医師会館 通いの場

住所：焼津市西小川5-6-3

参加費：無料

持ち物：筆記用具、飲み物

※動きやすい靴でお越し下さい

※当日の受付開始は13時10分からです

参加者にはお土産もご用意！

※4限目終了時にお渡しします



令和5年10月14日
グランドオープンしました✨



会場外観



※ご参加にあたっての注意点※

- ・原則 1 限目～4 限目すべての講話を受講して下さい。(補習あり)
- ・ご家族の方は同伴可能です。また、専門職の方も傍聴可能です。
- ・要支援および要介護認定をされた方はご利用できません。
- ・介護予防・生活支援サービスとの併用はできません。

お申込みは☎電話またはWEBでお願いします。

【受付期間】 令和7年5月1日(木)～5月16日(金)

【受付時間】 平日9:00～17:30 土曜日9:00～12:00

【電話番号】 (054) 626 - 9333 担当：杉村

WEB申込の場合は下記QRコードを読み取り下さい。

