

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。

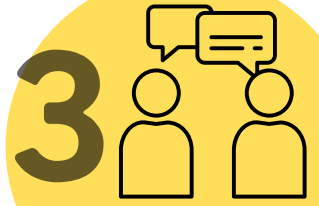
65歳以上
焼津市民
対象



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2回健康長寿カレッジコース日程

1 限目：令和7年 8月6日(水) 13：30～15：00

フレイル予防について

講師：立花クリニック

院長 立花恒輔 氏

2 限目：令和7年 8月21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 9月3日(水) 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 9月17日(水) 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。
- ・サービス・活動事業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7月1日(火)～7月17日(木)

【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。

