



★ 楽しく学んで 目指せ健康長寿!! ★

日にち	時間	内容・場所	講師	定員
7月16日 (水)	13:30 ～ 14:30	フレイル予防について 場所：羽島市役所3階 301・302会議室	医師	先着 30名
8月21日 (木)	13:30 ～ 14:30	認知症を遠ざけよう！ ～脳を元気にする方法～ 場所：羽島市役所3階 301・302会議室	公文教育 研究会	先着 30名
9月22日 (月)	13:30 ～ 14:30	人生100年時代 ～健康は歯から口から笑顔から～ 場所：羽島市役所3階 301・302会議室	歯科医師	先着 30名
10月16日 (木)	13:30 ～ 14:30	歯と口のケアの実践編 ～健康は歯から口から笑顔から～ 場所：羽島市役所3階 301・302会議室	歯科 衛生士	先着 30名
11月10日 (月)	13:30 ～ 14:30	ノルディックウォーキング、体操 場所：羽島市福祉ふれあい会館2階	健康運動 指導士	先着 20名
12月1日 (月)	13:30 ～ 15:00	ペーパーフードモデルを利用した 食事バランスチェック 場所：羽島市保健センター2階	管理 栄養士	先着 20名

【対象者】 65歳以上の方とその支援に関わる人（要予約）

【参加料】 無料

お問い合わせ 羽島市役所高齢福祉課（羽島市竹鼻町55番地）
申し込み先 058-392-1111（内線2556）