

第1回はつらつ健康セミナー

日程：6月9日・16日（金曜日・全2回）

時間：午前10時～午前11時

場所：総合福祉センター 大ホール

対象：市内在住の60歳以上の方または障がい者

定員：20人 ※定員を超えた場合は抽選

内容：①60歳からの栄養講座

「フレイル予防で心も身体も健康に」

②高齢者のための脳トレとコグニサイズ

講師：①雪印ビーンスターク(株)

②市健康増進課保健師・健康マイスター

費用：無料

持ち物：①筆記用具

②運動しやすい服装、タオル、水分補給用飲み物

申込み：往復はがき、又はメールにて

①講座名、②住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号

⑥障がいの有無を記入してお申込みください。

《5月19日(金)必着》



〔申込み・問合せ〕

春日井市総合福祉センター

〒486-0857 春日井市浅山町1丁目2番61号

電話：0568-84-3611 Fax：0568-84-3933

メールアドレス

soufuku_kouza@haru-syafuku.or.jp

