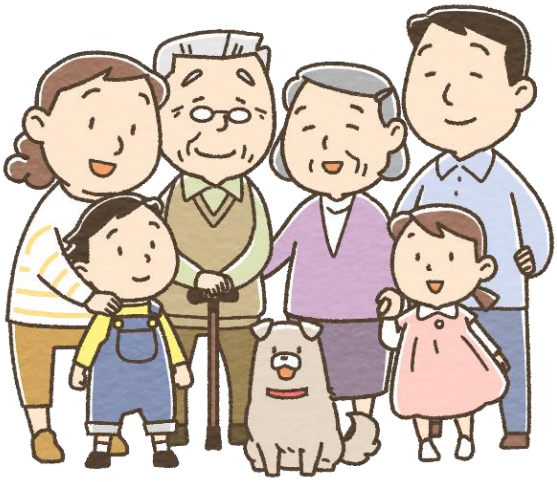
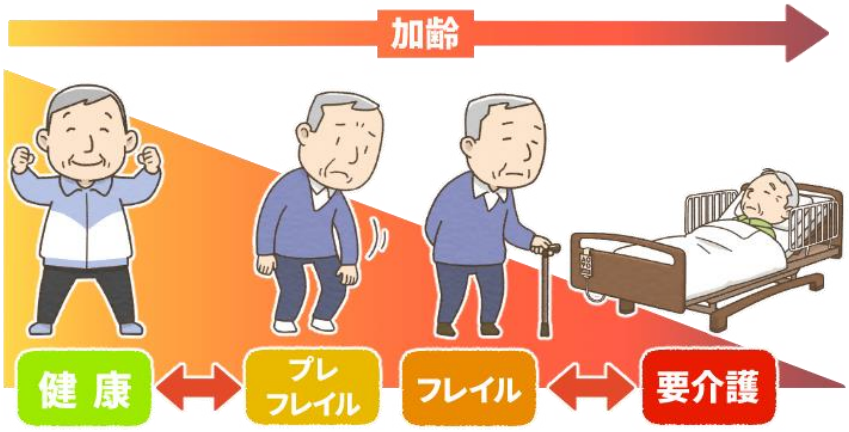
令和8年度　茅ヶ崎市介護予防講演会

参加無料

フレイルって知っていますか？

～健康長寿のためのヒント～





1月 22日（金）

10:00～11:30

会場：茅ヶ崎市地域医療センター等複合施設　2階講堂

対象：市内在住の65歳以上の方

50名（申込制・先着）

内容

健康長寿のためには、健康と要介護の間の状態である「フレイル」を知ることが大切です。最新の知識と正しい対策をお伝えします。

講師

神奈川県上級フレイルトレーナー
江口　典秀　さん

【お申込み先】（申込期間12/1～1/15）

茅ヶ崎市高齢福祉課

☎0467-81-7163

下の二次元コードから
もお申込できます

