

フレイル予防講座



日時 2023年2月8日(水)
14:00～15:30

会場 コムコム会館3階 ホール①②

※QRコードから参加可能です→
ID:99338326014 パスコード:0201



内容 フレイル予防について

(オーラルフレイル講座・フレイル予防体操)



歯科の先生が、お口の健康について教えてください！
「オーラルフレイル」とは、**口腔機能の衰え** という意味です。



トレーナーによる**体操の実践**もあります。
いつまでも元気に歩ける自分を目指しましょう！



参加された方には、**お口の健康グッズ**をプレゼント！

※ZOOMで申込された方には、後日資料・グッズを郵送します。
(当日参加者を除く)

受講無料
先着50名様
(会場参加)

フレイル予防講座参加申込書

支部名：

名前：

参加：コムコム or ZOOM

住所：

電話番号：

【問合先】

健まち久戸瀬まで

☎086-271-7880

