

参加  
無料

# フレイル予防講演会

知っていますか？オーラルフレイル

## 健康寿命のカギは □ にあり！

# 3月8日(土)

## 14:00~16:00

(受付 13:15 ~)

場所 / 子午線ホール

(アスピア明石北館9階)

定員 / 250名

(応募多数時抽選)



講習を受けた  
フレイルサポーターが  
市内で活躍中！



フレイルサポーターのみなさん

劇や体操、  
歌もあるよ！



下記のいずれかの方法で  
お申込みください

- ① 申し込みフォーム(右記)  
または 市ホームページから
- ② 裏面の申込書をFAX
- ③ ハガキに



申し込みは  
こちらから

代表者の「氏名・電話番号・住所・  
電話番号・参加人数(最大5名まで)  
要約筆記・手話通訳の有無」を記入

**申込期限 2月17日(月)**

参加が決定した方のみ  
入場券を送付します(2月下旬頃)

お問い合わせ 明石市 福祉局 高齢者総合支援室 いきいき係

〒673-8686 明石市中崎1丁目5番1号 TEL 078-918-5166 FAX 078-918-5133

