令和8年度

脳と身体の若返り講座



無料

［対象］ 福島区民
［定員］ 25名（先着順）
［場所］ 福島区役所　6階　大会議室
［持物］ 筆記用具、飲み物、タオル

	日時	内容	講師
1回目	7月31日（金） 13時30分 ～15時30分	生活習慣病予防	松下医院　医師 松下　正幸
2回目	8月13日（木） 13時30分 ～15時30分	オーラルフレイル	歯科衛生士
3回目	11月11日（水） 13時30分 ～15時30分	やってみよう！ 百歳体操	理学療法士
4回目	12月4日（金） 13時30分 ～15時30分	認知症予防と 脳活トレーニング	言語聴覚士 武縄　睦実

☆　**お問い合わせ・お申し込み先**　☆

福島区保健福祉センター　保健福祉課（保健活動）
〈窓口〉区役所２階23番　〈電話〉06-6464-9968　〈FAX〉06-6462-4854
窓口・電話・FAXでお申し込みください

切り取り

令和8年度　脳と身体の若返り講座　※お申し込みの際は、下記に必要事項をご記入ください

申し込みの回　：　１回目　・　２回目　・　３回目　・　４回目

名　前　：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　年齢：（　　）歳

住所地：　福島区＿＿＿＿＿＿（　　）丁目　電話：＿＿＿－＿＿＿－＿＿＿