

元気は毎日の食事から



ヨボヨボ予防！ フレイル予防！

日時

令和8年 9月 12日(土)
14:00～15:30 (開場 13:30)

参加
無料

講師



川崎医科大学高齢者医療センター栄養室
管理栄養士、主任介護支援専門員

もりみつ だい

森光 大 氏

年齢を重ねても元気に過ごすためには、毎日の食事がとても大切です。毎日の食事のできるフレイル予防について、分かりやすくお話しします。

会場

アクティブライフ井原 メルヘンホール
(手話通訳・要約筆記あり)



申込

電話、窓口またはFAX

※窓口またはFAXで申込まれる際は、裏面の参加申込書にご記入ください。

締切：8月31日(月)

申込先
・
問合せ

井原市地域包括支援センター(市役所2階)

電話：62-9552 FAX：65-0268
(当日の問合せは、アクティブライフ井原へ)



主催：井原市・井原市教育委員会



認知症に関するパネル展示を行います！



毎年9月21日は、「認知症の日」です。

当日は、認知症に関する正しい知識や理解を深めるためのパネル展示を行います。
講演前後にぜひお立ち寄りください！



会場のご案内



アクティブライフ井原

場 所：井原市七日市町12番地1

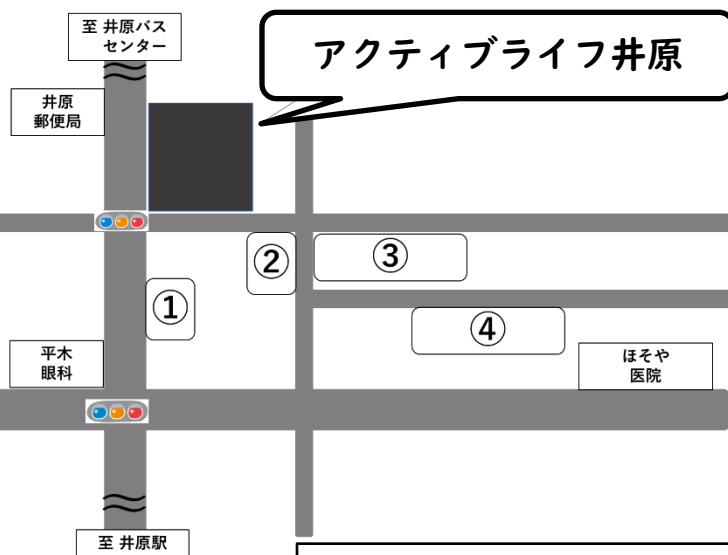
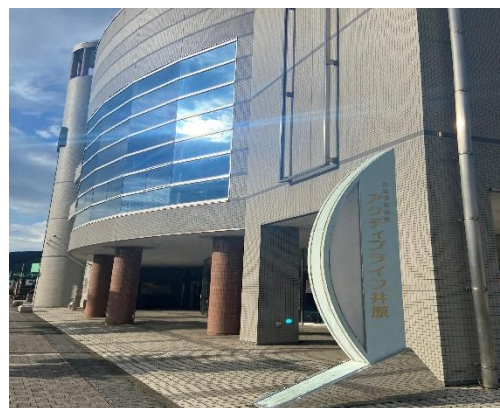
連絡先：63-3347

バスをご利用の場合：「井原郵便局前」停留所すぐ

鉄道をご利用の場合：「井原駅」から徒歩5分

駐車場をご利用の場合：駐車場（①～④）

※駐車場には限りがあるので、できるだけ乗り合わせ、
または公共交通機関にてお越しいただきますようお願いします。
※道路上での乗降は危険です。



井原市の地域公共交通
についてはこちら



【介護予防講演会】参加申込書

FAX：65-0268

FAXで申込まれる際は、下記をご記入ください。

氏 名	住 所	連絡先