　第1回

健康講座

**高岡市立古府公民館　古府地域生涯学習事業**

フレイルとは加齢や疾患により機能が衰えるということです

テーマ　「フレイル予防のための運動療法」



日　時　令和６年５月２３日（木）

１５：００～１６：００

場　所　古府公民館　多目的ホール

講　師　JCHO　高岡ふしき病院

　　主任理学療法士　　岡部　省吾先生

　　理学療法士　　　　石田　絋之先生

定 員 ２０名

参加費　無料　（運動しやすい服装で）

≪申し込み・問い合わせ先≫　締切　５月２０日（月）

　高岡市立古府公民館　TEL44-8777　　FAX44-8778

**＊事前申し込みの際には、「参加者氏名、住所、電話番号」を電話かファックスでお知らせください。事前の申し込みなく当日参加される方は、ご遠慮いただきます。定員になり次第締め切らさせていただきます。何卒ご理解、ご協力をお願いいたします。**

## 主　催　　高岡市立古府公民館　　古府地域生涯学習推進協議会

**共　催　　JCHO高岡ふしき病院　　古府校下健康づくり推進懇話会**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **回**  **覧** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |