



品川区介護予防『出張！シリーズ』のご案内

品川区高齢者地域支援課介護予防推進係は、これまでに幾つかの講座や講演会、測定会などを開催してまいりました。お陰さまをもちまして、それぞれにご好評をいただきましたので、この度『出張！シリーズ』としてシリーズ化を図り、広く皆様からのお声かけにお応えできるようにさせていただきました。

皆様の健康長寿のお役に立てることとして、介護予防・フレイル予防に役立つ運動や体操、講話などを楽しくご一緒させていただくと共に、明日からすぐにできることのご提案をさせていただきたいと思っております。

裏面に『出張！シリーズ』の一覧を載せさせていただきましたので、是非ともお申し込み、お声かけのほど宜しくお願い致します。

みんなで一緒に楽しく、賑やかに

介護予防・フレイル予防に取り組んでみましょう！

日時や対象等の諸事項は以下をご参照ください。

日 時	・月曜日から金曜日の午前9時～午後5時 ※祝日は除きます。
対 象	・品川区内に在住・在勤で半数以上が概ね60歳以上の方 ・5人以上のグループ
会 場	・ご用意していただいた場所に伺います。 ※品川区内に限ります。
内 容	・健康寿命の延伸、介護予防・フレイル予防についての体操やお話 ※開催時間は60分を目安にしますが、詳細については相談可です。
申 込	・ご希望の方は、裏面の「申込書」をご利用ください。 ・ご希望になる講座の□にチェックをつけてください。 ・下段の申込者欄に氏名等をご記入の上FAXにてお申込みください。
備 考	・「日時」については、ご相談の上で決めさせていただきます。 ・今後の感染拡大の状況に応じては開催の時期や方法等について変更の可能性がありますのでご了承ください。

裏面は「申込書」になっております

