

免疫とフレイル予防で健康寿命をのばそう！

高齢者の多くが筋力や心身の活力が低下した状態(フレイル)を経て、要介護状態になると言われています。

いつまでも健康でいきいきと暮らしていくために、聞いておく心安んできることを一緒に学んでみませんか？

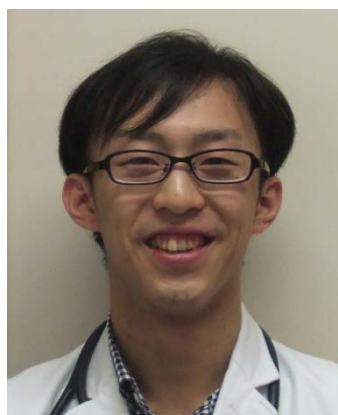
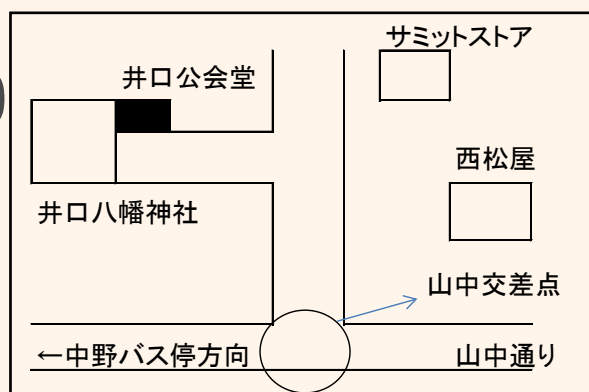
どなたでもお気軽にご参加ください！

無料
開催

日にち 2018年 8月 11日(土)

時間 14:00 ~ 15:30

場所 井口地区公会堂
(三鷹市井口1-9-32)



講師：角允博医師(みなみうら生協診療所・総合診療医)

こんにちは！当日みなさんとお話しできることを楽しみにしています。よろしくお願ひします。

主催：北多摩中央医療生活協同組合 三鷹西支部

問合せ先：042-382-9112