

今日から始める

あなたに合った秘訣はなに!?

健康で活動的にいられる期間

健康寿命の延ばし方

3日間 1コース

1日目 11月11日(金)

1部/10:00~10:30 2部/11:00~11:30

その疲れ、年のせいではないかも・・・

▶いつまでも自分で動ける身体づくりのポイント

※1部、2部共に内容は同じになります。



2日目 12月5日(月)~12月9日(金)

上記日程から1日選択(9:00~17:00の間で30分)

あなたの食事は大丈夫!?

▶管理栄養士とデータを見ながら栄養相談

※希望者のみ



3日目 12月23日(金)

1部/10:00~10:30 2部/11:00~11:30

▶みんなでクイズを解きながら楽しく話そう

※1部、2部共に内容は同じになります。



【対象】町内在住60歳以上の方

【場所】三芳町ふれあいセンター(1部・2部共) ※2日目のみ三芳町役場(1階相談室)

【定員】15名(先着順) ※定員になり次第、受付終了致します。

【申込み方法】申し込みフォーム、窓口、電話、FAXのいずれか。 ※11/9(水)締切

※FAXでの申込みの場合、氏名・住所・生年月日・電話番号をご記入の上、お申込み下さい。

ウラ面も
あります

▶申込み・お問合せ

三芳町役場 健康増進課 健康長寿担当

電話/049-258-0019

FAX/049-274-1051

【申し込みフォーム】

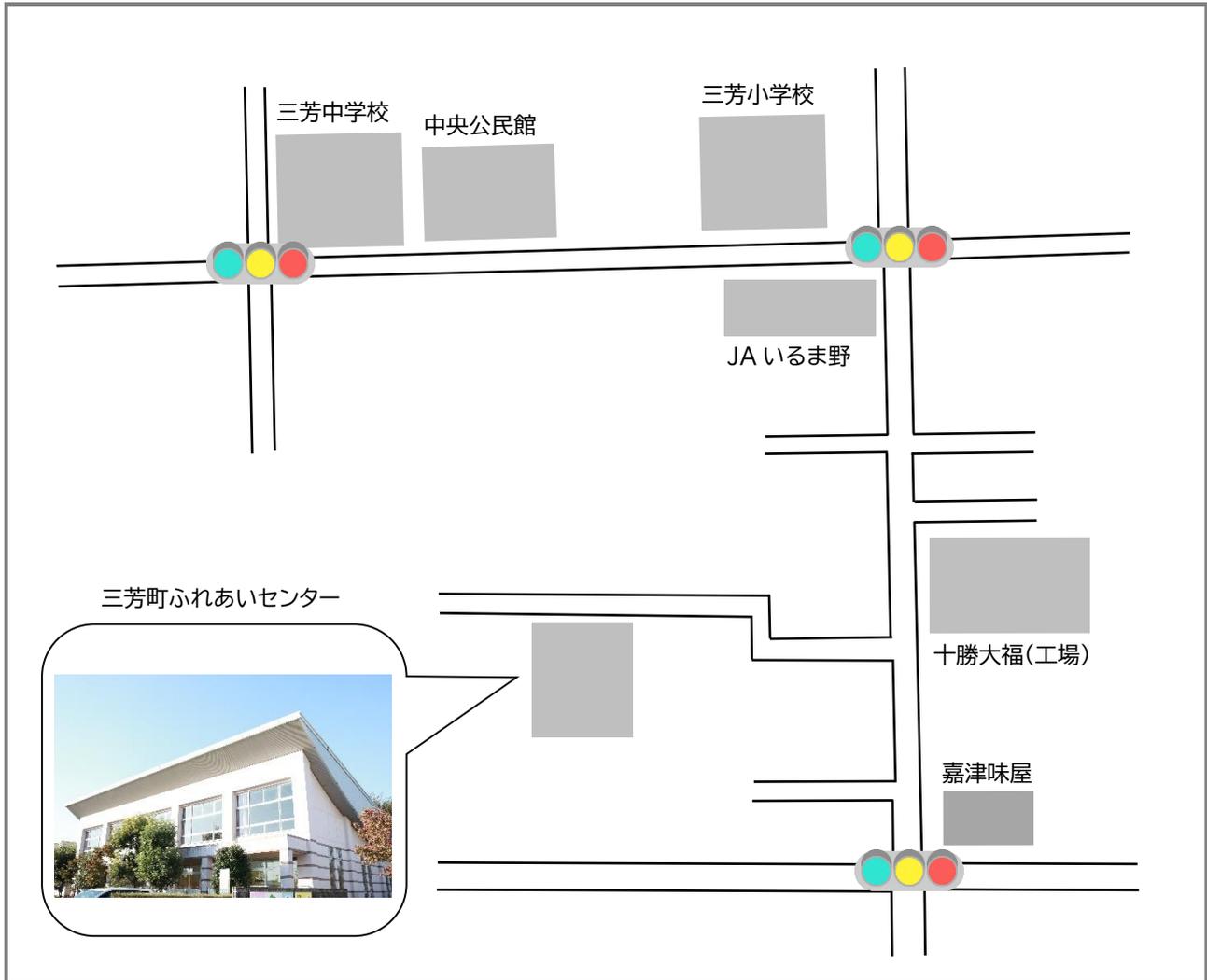


▶共催・会場

三芳町ふれあいセンター

電話/049-258-7211

■会場のご案内



参加を希望される方へ

◆ふれポイントについて

- ・この事業は、3日間参加すると、ふれポイントがもらえます。
- ・ご興味のある方は、ふれあいセンターにお問合せ下さい。
- ・ふれポイント取得の操作時、利用者の都合による端末の不具合は、補償できません。

ふれポイントとは・・・？

ふれあいセンターで開催される対象イベントやセミナーへの参加、ポイントデーへの来館でポイントを獲得できます。10ポイント貯めた人は、もれなく参加賞がもらえます。

◆感染症対策について

- ・ふれあいセンターにて参加中は、不織布マスクを着用して下さい。
- ・布マスク、ウレタンマスク等を着用されている方には、不織布マスクをお配りします。
- ・当日、37.3℃以上の方は、参加する事ができません。

◆その他

- ・会場には、駐車場がございますが、限りがございますので、あらかじめ、ご了承下さい。