



リハビリ部長
倉地 剛

くらち たけし

倉地剛先生の
フレイル対策の運動療法

健康教室開催

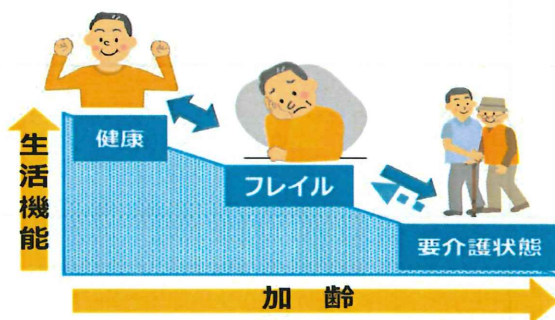
参加無料

今回のテーマは『フレイル』。フレイル対策の「3つの柱」は、「栄養(食・口腔)」、「運動」、「社会参加」！この「3つの柱」を参考に、バランスよく取り組むことが重要です。そこで、今回のテーマは「運動療法」です。運動習慣を持つことは大切です。しかし、継続することは大変難しいと思います。自宅でちょっとした時間にできる運動を、みなさんと一緒に行いながらご紹介します。こまめに体を動かす習慣を身につけましょう！

日にち： 令和6年3月28日（木）

時 間： 14：00～15：30

場 所： 大野城市南コミュニティ
センター1階多目的ホール



ご予約はお電話かFAXで受付致します

TEL:092-595-0595
FAX:092-595-0610

ご好評につき、健康教室終了後、無料フレイル健診を実施致します！！

一言に『フレイル』と言っても、目のフレイル、耳のフレイル、お口のフレイル、歩行のフレイルなど様々です。今回も各種ブースを設けて無料健診を実施致します。また、当院の診療部長兼健診センター長 嘉川 裕康 医師の相談コーナーもあります。是非、お気軽にご参加ください！



健診センター長
嘉川 裕康 医師

筑紫南ヶ丘病院 健康教室 参加申込書

3月28日（木） 於 大野城市南コミュニティセンター
フレイル対策の運動療法

3/28（木）までに電話又はFAXにてお申込み下さい。
電話 092-595-0595 F A X 092-595-0610

※医療機関・施設関係者の方は、事業所名・職位・電話番号についてもご記入ください。

参加者氏名 (又は事業所名)			
ご住所	〒		
ご連絡先	T E L		
	F A X		
ご参加者名			
1	ふりがな	電話番号	
2	ふりがな	電話番号	
3	ふりがな	電話番号	
4	ふりがな	電話番号	
5	ふりがな	電話番号	

- ・本申込書に記載頂く個人情報については、参加者登録に使用する以外の目的に利用することはありません。
- ・当日の受付時に、お名刺とともに、本参加申込書を受付票としてご提出下さいますようお願い申し上げます。

ご予約・お問合せ



医療法人芙蓉会

筑紫南ヶ丘病院

事務局

〒816-0971 福岡県大野城市大字牛頸1034-5 筑紫南ヶ丘病院内

電話：092-595-0595 F A X：092-595-0610

(受付時間) 10:00～16:00 (担当) 四海・島村