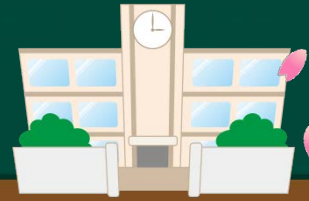




今後の人生もうひと花❀咲かせたい方！  
新たに何かを始めたい方！必見☆☆

# アラ還世代のための還活大学 開講します！



※アラ還世代とは、「アラウンド還暦」の略で60歳前後の世代を指しています。

【市民公開講座と同時開催】



**6月4日（月） 13:30～15:30**

「健康長寿のコツ！～フレイルとロコモの予防～」

講師：佐賀整肢学園こども発達医療センター副院長 高杉 紳一郎氏



**6月20日（水） 13:30～15:30**

「まだまだこれからだ！人生100年時代へ！」

講師：福岡市保健福祉局高齢社会政策課



**7月5日（木） 13:30～15:30**

「健診結果から未来を予測！あなたの改善点分かる！」

講師：九州大学大学院医学研究院 助教(医学博士・保健師) 吉田 大悟氏



**7月18日（水） 13:30～15:30**

「さあ、地域へ飛び出せ！健康づくりに繋がる生きがいづくりへ」

講師：NPO 法人アジア・エイジング・ビジネスセンター 上席研究員 佐々木 喜美代氏

場所： あいれふ10階講堂・1回目のみホール（中央区舞鶴2-5-1）

対象： 中央区に住むか通勤する55～69歳の方、4回通して参加できる方（要相談）

定員： おおむね50名程度（新規参加優先） 費用： 無料

申込み締切： 5月31日まで（下記連絡先へお申込みください）

お問い合わせ： 中央区地域保健福祉課 TEL 092-718-1111

※講座のテーマが変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。