

10月は  
健康づくり  
月間

アラ還世代  
のための  
還活大学

市民公開  
講座



# ロコモの予防で健康長寿！

2019年10月18日（金）

13:30～15:30

受付開始13:00

ロコモティブシンドロームという言葉を知っていますか？  
ロコモティブシンドローム（運動器の障害により要介護のリスクが高い状態）を予防  
することで、生き生きと健康的な生活を送りましょう。

※アラ還世代とは…

「アラウンド還暦」の略で60歳前後の世代のことを指します。

会場

あいれふ  
10階ホール

福岡市中央区舞鶴2-5-1

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

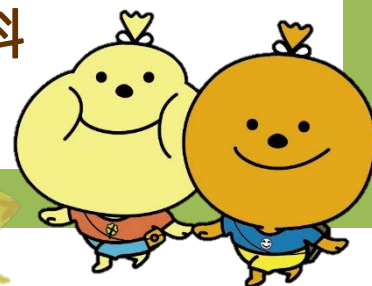
定員

先着250名  
（事前申込制）

下記連絡先に電話または裏  
面のFAX用紙で  
お申し込みください。

参加費

無料



【申込先】

中央区地域保健福祉センター地域保健福祉課  
福岡市中央区舞鶴2-5-1 あいれふ6階 6番窓口

TEL：092-718-1111 FAX：092-734-1690

福岡市健康づくり  
イメージキャラクター  
よかるーもん



中央区保健福祉センター地域保健福祉課

FAX: 092-734-1690 地域保健福祉課行

10月18日(金) アラ還世代のための還活大学 市民公開講講座  
ココモの予防で健康長寿!

講座申込書 (FAX送信票)

★枠内に必要事項をご記入下さい。

ふりがな	性別	電話番号
名前	男 女	年齢 (○をつけてください) ~40歳代 ・ 50歳代 ・ 60歳代 70歳代~
住所		
どのようにこの催しを知りましたか。該当する部分に○をお願いします。 1. 市政だより 2. ちらし 3. 市のホームページ 4. 友人・知人からの紹介 5. その他 ( )		