

フレイル打破のための 県民健康スクール ～充実した毎日をめざして～

参加無料 県民公開講座

開催日時

令和6年 **12月22日(日)**

10:00~12:00

会場

水戸市民会館3階大会議室
(水戸市泉町1丁目7-1)

※会場へは公共交通機関をご利用いただくか、
近隣のコインパーキングをご利用ください。

「楽しく聴いて、
充実した人生を」



講師

健康増進コンサルティング株式会社

薬剤師 **長島 寿恵** 先生

フレイルとは

身体や心の機能が衰えてくる状態のことです。



「薬だけに頼らない薬剤師」として全国を飛び回る長島先生をお招きし、実践的で日常生活に取り入れやすい生活習慣病予防のための知識や、ハツラツとした毎日を過ごすための健康体操についてお話します。



参加者には、1人1本ヤクルト1000をプレゼント♪



●ご参加にあたっては事前に申込みが必要となります。下記に必要事項をご記入のうえ、切り取らずにFAX (029-306-8040) 又は郵送、左側のQRコードからお申込みください。

※定員 (120名) を超えた場合は、ご連絡をいたします。(先着順)

※いただいた個人情報は、イベント終了後に適切に破棄し、本事業以外では使用しません。

ふりがな	
氏名	
住所 ※受講票を送付させていただきます	(〒 ー)
電話番号	

問い合わせ

茨城県薬剤師会

〒310-0852 水戸市笠原町978-47

TEL: 029-306-8934 / FAX: 029-306-8040

共催: 公益社団法人茨城県薬剤師会 / 茨城県女性薬剤師会

後援: 茨城県 / 水戸市 / 茨城県女性団体連盟 / 茨城県消費者団体連絡会 / 茨城新聞社 / LuckyFM茨城放送

協賛: 水戸ヤクルト販売株式会社 / 養命酒製造株式会社