

知って得する！ 今知りたいコトが学べる講座！

まな

よくふう学ぼう会

参加費
¥500
当日集金

いつまでも元気で、

健康な毎日のために

～フレイルを予防しましょう～

お釣りの無いように
ご協力お願いします



2024年

11 / 20(水)

14:00~15:00

※フレイルとは加齢により心身が老い衰えた状態のことです。

講師：宮原 ひとみ氏

(株)明治 ウェルネス営業部 栄養士

◎会場：浴風会本館

◎定員：30名（申込先着順）

定員になり次第締め切らせていただきます。

運動・栄養・社会参加
が健康長寿の大事な柱
じゃのう！

昔と比べて、なんか最近
わけもなく疲れたような感
じがするわ・・・

お申込
受付中！



<お申込方法>

裏面に参加申し込み書があります！

- ①お名前 ②住所
③電話番号 ④FAX・メール

を電話、FAX、メールいずれかの方法
でお知らせ下さい。

☎：03-3334-2149(平日9~17時)

Fax：03-3334-2694(24時間受付可)

Mail：kenshoo@yokufuukai.or.jp

主催：浴風会ケアスクール (〒168-0071 杉並区高井戸西1-12-1)



浴風会ケアスクール

FAX 03-3334-2694



| | | | |
|--------|--|-----|--|
| お申込講座 | 11/20(水) 14:00~15:00 いつまでも元気で、健康な毎日のために ～フレイルを予防しましょう～ | | |
| ふりがな | | | |
| お名前 | <年齢層>○を付けてください ⇒ 30代以下・40代・50代・60代・70代・80代以上 | | |
| 電話 | | FAX | |
| E-mail | | | |

*お申し込み者お1人につき1枚ご提出ください。お申込書が届きましたらこちらからご連絡を差し上げます。
※誠に申し訳ございませんが会場スペースの関係上、定員になり次第締め切らせていただきます。

【会場ご案内図】

- ① 法人本部事務局
- ② ケアスクール
- ③ 居宅介護支援事業所
- ④ ヘルパーステーション

**会場はこちらです
(浴風会本館)**

《交通のご案内》

○京王井の頭線

富士見ヶ丘駅より徒歩8分
高井戸駅より徒歩9分

○関東バス 荻窪駅南口より

芦花公園駅行き(荻54)
千歳烏山駅經由北野行き(荻58)
浴風会前下車徒歩7分

※高井戸駅より無料巡回バスも
あります(乗車時間5分程度)
(8時40分より 毎時10分・40分発)

無料バス発着所 

