

健康寿命を伸ばそう！ ピンシャン！健康教室



【ピンシャン！健康教室（市出前講座）】

日時：12月17日(木) 14時～15時30分

会場：第二コミュニティセンター 3階ホール

対象：60才以上、先着20名程度

講師：前橋市福祉部長寿包括ケア課職員

内容：住み慣れた地域に永く住み続けるために、脳刺激レクリエーションなど介護予防やフレイル予防に必要な知識を、実践により会得する。



その他：`参加費無料

お申込は、下記の窓口へ直接、又は電話・FAXで

(き り と り 線)

【 申 し 込 み 書 】

住 所	町 丁目 (町名のみ)
氏 名	(年齢: 歳代)
連絡先	

※ お申込方法 : 下記窓口へ直接、または 電話・FAXで

第二コミュニティセンター

TEL・FAX:027-223-8881

受付: 平日9:00～17:00

締め切り: 12月11日 (金)

健康寿命を伸ばそう！ ピンシャン！健康教室

回 覧

【ピンシャン！健康教室（市出前講座）】

日時：12月17日(木) 14時～15時30分

会場：第二コミュニティセンター 3階ホール

対象：60才以上、先着20名程度

講師：前橋市福祉部長寿包括ケア課職員

内容：住み慣れた地域に永く住み続ける
ために、脳刺激レクリエーションなど
介護予防やフレイル予防に必要な
知識を実践により会得する。



その他：参加費無料

お申込は、下記の窓口へ直接、又は電話・FAXで

(き り と り 線)

【 申 し 込 み 書 】

住 所	町 丁目 (町名のみ)
氏 名	(年齢: 歳代)
連絡先	

※ お申込方法：下記窓口へ直接、または 電話・FAXで

第二コミュニティセンター

TEL・FAX:027-223-8881

受付：平日9:00～17:00

締め切り：12月11日（金）