

2022年度 フレイルチェック教室 日程表

(フレイルチェックと健康長寿のコツ)

2022年4月1日現在

介護予防に大切なフレイル(虚弱)に早期に気づくための測定をし、対策についてポイントを学んでいただきます。
フレイルチェックの実践と対策についての講義を2回に分けて行います。

対象者 市内在住の65歳以上の方。

定員 各25人(抽選)

	1回目(測定)	2回目(講義)	時間	会場	申込開始
1	4月20日(水)	4月27日(水)	10:00~12:00	ウェルシティ市民プラザ市民ホール/第2学習室	3/1~
2	5月19日(木)	5月26日(木)	10:00~12:00	神奈川歯科大学 本部棟5階 大会議室	4/1~
3	6月9日(木)	6月10日(金)	10:00~12:00	北下浦コミュニティセンター 集会室/第1学習室	4/1~
4	7月12日(火)	7月19日(火)	10:00~12:00	大津コミュニティセンター 体育室/学習室4・5・6	5/1~
5	8月10日(水)	8月17日(水)	10:00~12:00	久里浜コミュニティセンター 集会室	6/1~
6	9月8日(木)	9月15日(木)	10:00~12:00	ウェルシティ市民プラザ市民ホール/第2学習室	7/1~
7	11月9日(水)	11月16日(水)	10:00~12:00	衣笠コミュニティセンター 体育館/多目的室	9/1~
8	2023年1月24日(火)	2023年1月31日(火)	10:00~12:00	南健康福祉センター 分室(浦賀行政センター 2階)	12/1~

※お申込みはコールセンター(電話046-822-2500、FAX046-822-2539)かネット申込で。



※新型コロナウイルス感染症の今後の状況により、教室の変更、中止の可能性がありますことをご承知おきください。

担当:健康部 健康増進課 介護予防担当

電話:046-822-8135

FAX:046-822-4302