

2025年4月1日現在

## 2025年度(令和7年度)みんなでチャレンジ！スマホでフレイル予防教室(2日間コース) 日程表

★スマホを使って、仲間と一緒にフレイル予防を始めませんか？

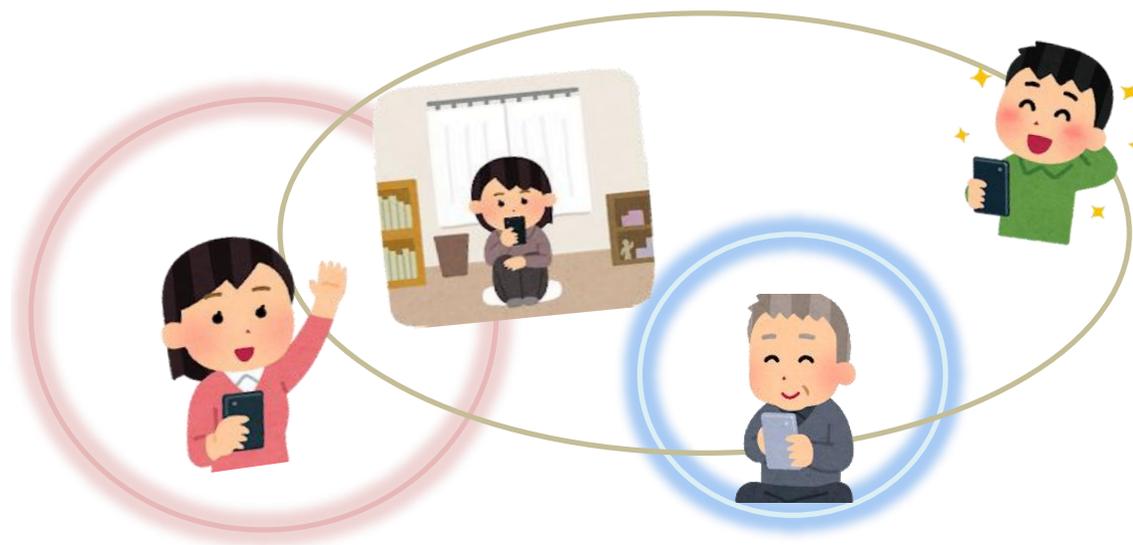
仲間と楽しくおしゃべりや写真撮影をしながら、楽しくウォーキングを習慣化します。新しい習慣で、より健康な毎日を目指しませんか。

定員:各コース25人(抽選)

コース	第1回目	時間	第2回目	時間	会場	申込期間
1	11月21日(金)	10:00~12:00	11月28日(金)	10:00~11:00	総合福祉会館 5階 視聴覚研修室	10/1~10/29
2	令和8年2月24日(火)	10:00~12:00	3月3日(火)	10:00~11:00	総合福祉会館 5階 視聴覚研修室	1/4~1/25

11月21日と11月28日は手話通訳の付く教室です。

※お申込みはコールセンター(電話046-822-4000、FAX046-822-2539)かネット申込で。



スマホの操作やアプリのダウンロードは、



担当:民生局 健康部 健康増進課  
TEL:046-822-8135  
FAX:046-822-4302

