

# フレイル予防講座

ご存じですか？

予防講座を受講して

毎日元気です

# フレイル



## 健康寿命へのキーワード



フレイルとは、健康から要介護状態へ移行する中間の段階のことで、自身がその状態に気づくことが大切です。早期介入をすれば元に戻る可能性もあるとも言われています。

今回は、フレイルとは何なのか？ フレイルの状態とはどのようなものか？ について、また、フレイルに大きく関わる「お口の衰え」など、2回の講座でわかりやすくまとめてお話しします。

無料

1回目「フレイル」ってなあに？

2回目 お口の「フレイル」について

日時 第1回目 10月4日(金) 13時～15時  
第2回目 11月1日(金) 13時～15時  
会場 豊中市立蛸池公民館第1会議室(裏面地図参照)  
定員 30名  
申込 裏面の「受講申込書」にて、お申込みください  
(締め切り：9月18日)



講師



藤林 由利安 (ふじばやし ゆりあ)

大阪府健康管理士会副会長  
健康管理士上級指導員  
健康管理能力検定1級(文部省後援)  
歯科衛生士(老年・摂食嚥下・在宅療養  
口腔感染・糖尿病予防認定)  
介護支援専門員(ケアマネージャー)  
京都府糖尿病療養指導士  
現在 大阪歯科大学 大学院 在学中



NPO 法人 大阪府北部コミュニティカレッジ

申込書裏面



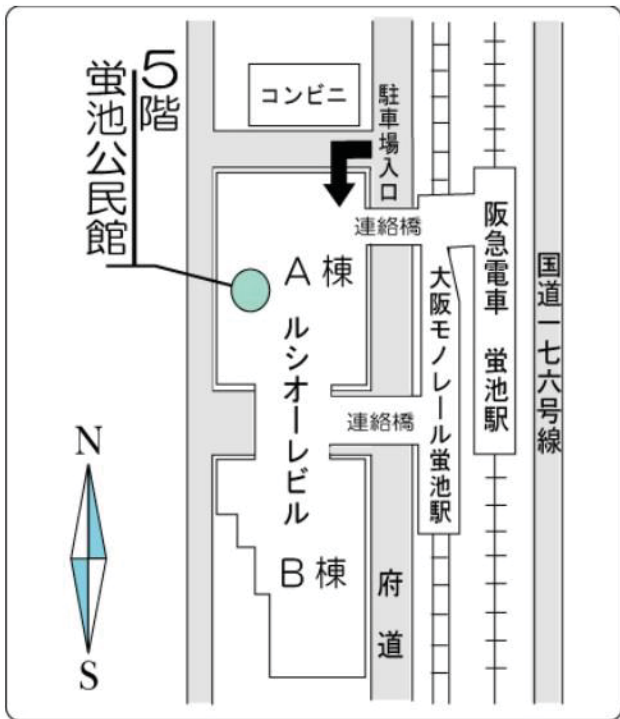


# 「フレイル予防講座」受講申込書



ふりがな	<input type="checkbox"/> 男 ・ <input type="checkbox"/> 女
氏 名	
現住所 〒	
電話番号	携帯番号

※お申し込みはFAXにて送信くださいますようお願いいたします



### アクセス

阪急宝塚線蛸池駅・大阪モノレール蛸池駅 西側 すぐ  
ルシオーレビルA棟5階（連絡デッキから入れます）



申込先： FAX 06-6151-4462 （切り取らずにこのままFAXしてください）  
 申込受付： 2019年8月10日から（定員になり次第締め切ります）  
 お問合せ： 下記連絡事務所

主催：NPO 法人 大阪府北部コミュニティカレッジ

〒560-0021 豊中市本町1丁目3-19 長尾第一ビル2F

TEL 06-6151-4461

E-mail: info@oncc.jp URL: http://oncc.jp/