

令和8年度

いきいきアクティブ教室(前半)

理学療法士による
フレイル予防講座です。

対 象：市内在住65歳以上の方

※全日程参加できる方

定 員：10名 (先着)

会 場：富里社会体育館

講 師：国際医療福祉大学
理学療法学科

櫻井 陽子 氏

石井 秀明 氏

日 程： 午前9時半～11時半

月日	内容
①7月27日(月)	体力チェック・講義
②8月3日(月)	講義・運動実技
③10月26日(月)	体力チェック

申込み： 富里市高齢者福祉課包括支援班
電話 0476-93-4981

※締切 7月13日(月)