

# 健康セミナーのご案内

## 実践しよう！フレイル対策 口腔＆運動について

みなさんお元気でお過ごしでしょうか。

今回はフレイル対策として口腔＆運動の健康セミナーを開催します。

いつまでも生き生きと生活ができる取組みを知るチャンスです！ぜひご参加ください。

みなさまのご参加お待ちしております♪



保健師  
吉田和恵



ヘルスケアトレーナー  
藤原和典

握力測定も  
実施します！

【開催日】令和3年6月26日(土) 13時30分～14時30分

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況等により開催内容の変更や中止となる場合がございます

【内容】①口腔の健康について  
②フレイル予防の運動

【会場】(公財)中国労働衛生協会 健診センター1階  
福山市引野町5-14-2

【定員】20名(先着順)

※新型コロナウイルス感染症予防対策を行ったうえで開催します

【参加費】無料

【お申込み・お問い合わせ】

公益財団法人中国労働衛生協会 健康推進課

電話番号 084-941-8259

しめきりは、**6月14日**！

