

祝町 いきいき倶楽部

◆10/14(水)足腰元気！フレイル予防講座

講師：戸畑リハビリテーション病院 理学療法士 原田 直樹氏

◆11/11(水)クリスマスリース作り(琉球雀瓜)

講師：地域ボランティア 中津留 博子氏

◆12/9(水)カリウムをとって血圧を下げよう

講師：製鉄記念八幡病院 顧問 土橋 卓也先生

◆1/13(水)食べて元気に フレイル予防

講師：北九州市認知症支援・介護予防センター 栄養士

◆2/10(水)次年度の計画

講師：健康づくり推進員 児崎 貞子氏

◆3/10(水)骨・カルシウムセミナー

講師：雪印メグミルク(株) 九州CR企画推進課 木庭 理恵氏



9/1(火)9 時より受付開始！
祝町市民センター 651-3816
※2/10 のみ申込不要です※

