

人生を満喫しよう!



加齢とフレイル

フレイル?とは年齢とともに筋力や心身の低下し介護が必要になりやすい状態です。健康で好きなことをするために
今から気を付けておくことを学びませんか?

2月25日 (日) 13:00~14:30

講師 小野 進 先生

滋賀県赤十字救急法指導員協議会会長

長浜赤十字病院顧問



参加費無料

場所：さざなみタウン

長浜まちづくりセンター1C会議室

主催：長浜健康を考える会主催

お問い合わせ：080 9878 2089

