

神戸市フレイル予防支援事業

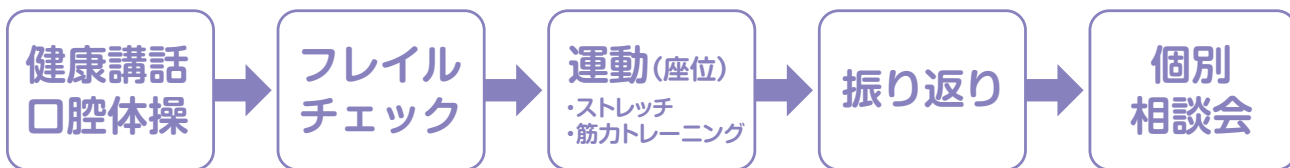
～フレイルを予防しよう～

フレ! フレ! 生きがい教室

フレイルとは ▶ 「健康」と「要介護」の中間の虚弱な状態にあること



教室の内容



日程 10月29日(火)10:00～11:30 (受付9:30～)

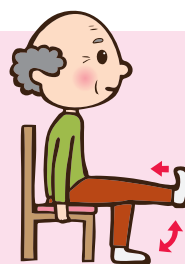
会場 ニッ谷自治会館

持ち物 筆記用具、飲み物、動きやすい服装でお越しください。

参加費 無料 定員 20名

対象者 65歳以上の方

※本事業に一度参加された方は、半年間はお参加いただけません。
※現在、通所サービス利用中の方は対象外です。



※本教室は、神戸市から委託を受け㈱ルネサンスが運営いたします。
※参加の前にご自宅で体温を測り、37.0℃を超える場合や平熱より1℃高い場合は参加をお控えください。
※可能な限り、マスク着用にご協力ください。



お申し込みは

スポーツクラブ ルネサンス神戸 ☎080-7795-5708

受付時間:月曜～木曜 10:00～18:00 / 土曜 10:00～16:00