

健康教室 令和2年 1月18日 土曜日 午後2時～（受付1時半～）

フレイル予防教室 ～心と体に栄養を～	
第1回 歌う♪お口の健康塾「健康はお口から」	
フリガナ お名前	(参加のご家族)
生年月日	大正・昭和・平成・令和 年 月 日 ご年齢 才
お住まい	上石神井地域・石神井地域・関町地域・大泉地域・杉並区・()
連絡先	ご自身の連絡先
	緊急連絡先
交通手段	徒歩・バス・タクシー・電車・自転車・ご家族による送迎 その他 ()
伝えて おきたいこと	付き添い（ヘルパー、ケアマネ、送迎のみ） 様

※ご参加1家族につき、1枚の申し込み用紙にご記入ください。

※お友達とご参加の場合は、おひとり1枚、申し込み用紙にご記入ください。

※付き添いでお越しになる方のお名前も「伝えておきたいこと」の欄にご記入ください。

毎月開催！

フレイル予防教室 心と体に栄養を

第1回 1部 歌う♪お口の健康塾「健康はお口から」
2部 「食事と運動について」

日時:2020年1月18日土曜日 午後1時半 受付

場所:大角医院 2階 通所リハビリテーション室

参加費:200円（当日受付でお支払いください）

※動きやすい服装でお越しください。上履きの必要はございません。

※事前申し込みとなっております。上記、申込書にご記入の上、
受付にございます専用のポストにお入れください。

お問い合わせ先：大角医院通所リハビリテーション 大城

03-3920-3215

居宅介護支援センター 小林

03-3928-6825