

令和7年度 大里生涯学習センター主催事業
みのり大学大里学級公開講座

フレイル予防講座

～いつまでも元気でいるために～

(全1回)



フレイルとは何か？どうして問題なのか？
予防するにはどうしたらいいのか？



いつまでも元気でいるために、
フレイルにならない健康な体作りへ！



令和8年 2月19日(木)13:30～15:30

会場：大里生涯学習センター 2階ホール

対象：静岡市に居住する59歳以上の人(昭和41年4月1日以前に生まれた人)

15人

会費：無料

講師：静岡市地域包括ケア推進課 フレイルサポーター

申込み：令和8年1月15日(木) 13:30～

HP又は電話で大里生涯学習センター(054-283-1698)へ
お申込みください。(申込順)

※頂いた個人情報は、講座実施目的以外には使用しません。



↑お申込みは
こちらから
※無料会員登録が
必要です

本講座はみのり大学公開講座です。

みのり大学がどのような雰囲気か体験することができます。

みのり大学学級生とともに聴講、講座前の13:15からは、事務連絡等を行います。

静岡市大里生涯学習センター

指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団

〒422-8051 静岡市駿河区中野新田 57-5 TEL: 054-283-1698