

# 朗らか・ニコニコ教室

※フレイル予防ポイントの対象講座です。  
カードの発行は柏地域医療連携センターへ

柏西口地域包括支援センター主催の介護予防教室です。  
R3年1月は**お口のフレイル予防**のお話と**体操**を行う予定です。  
マスク着用、動きやすい服装でご参加下さい。

**日時:令和3年1月15日(金) 10時~11時30分**

**場所:豊四季台近隣センター 会議室A**

**対象:65歳以上の方ならどなたでも。費用は無料です。**

**定員:30名** ※事前申し込みが必要です。 ※12/19(土)より受付開始

**お申込み先:柏西口地域包括支援センター 04-7142-8008**

今年も元気に  
フレイル予防だモー

