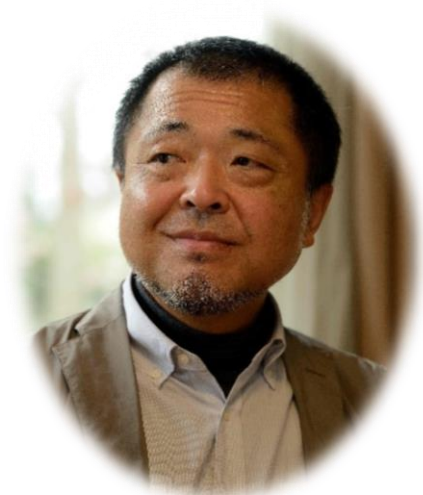


活き！生き！元気！

健康寿命をのばす3つのポイント

高齢化が進むなか、いつまでもいきいきと元気に暮らし続けるために、私たちにできることはなんでしょう？毎日の生活のなかで気をつけたいポイントや、健康寿命をのばすコツについて、楽しく学べる会を開催します。みなさんのご参加をお待ちしています！



講師：ご近所福祉クリエイション主宰
ご近所福祉クリエイター 酒井 保氏

1961 年広島生まれ。知的障がい者施設、市町社会福祉協議会、認知症グループホーム・小規模多機能施設の施設長を経て、2014 年 8 月に「ご近所福祉クリエイション」を創設（主宰）。広島と仙台を拠点として、講演・執筆活動を行っている。

日 時：9 月 11 日（火）
14:30～16:30

場 所：向陽地区コミュニティセンター

参加費：無料

先着 50 人

※参加を希望される方は

開催の前日までに下記お問い合わせ先へ、電話もしくはFAXでお申し込みください。

受付時間：9:00～18:00

○お問い合わせ

石巻・蛇田のより処 まざらいん 〒986-0863 石巻市向陽町 5 丁目 14-22

TEL：0225-24-9910

FAX：0225-24-9230