

(目黒区フレイル予防プロジェクトキックオフ イベント)

フレイル予防 講演会

参加
無料

楽しくめざす健康長寿!

今日からはじめるフレイル予防

フレイル予防研究の第一人者 東京大学高齢社会総合研究機構 飯島勝矢氏が、フレイルとその予防のポイント、フレイルチェックについて、楽しく分かりやすくお伝えします。

「いつまでも元気!」を目指すかた、フレイルが気になるかた、地域を元気にしたいかた...今日からフレイル予防に取り組みましょう!!

開催日時

令和4年5月30日(月)

13:30~15:30(開場13:00~)

講師

飯島 勝矢 氏

医師 医学博士
東京大学 高齢社会総合研究機構 機構長
未来ビジョン研究センター 教授



会場

めぐろパーシモンホール 小ホール

(八雲1-1-1 区民キャンパス内) ※裏面地図参照

定員

100名(申込順)

対象

区内在住・在勤のかた

申込方法

5月2日より、お電話にてお申し込みください。(平日 午前8:30~午後5:15)

申込先

介護保険課介護予防係 ☎ 03-5722-9608

※講演会終了後、「フレイルサポーター養成講座」の申し込みを受け付けます。

フレイルサポーター第1期生 募集!

フレイルサポーターになって、仲間と一緒に地域活動しませんか。
詳細は、フレイル予防講演会でご案内します。

フレイルサポーターとは...

フレイルチェック会を通して、フレイル予防の普及活動を行うボランティアです。

【お申込み・お問合わせ先】 目黒区介護保険課介護予防係

TEL 03-5722-9608

FAX 03-5722-9716

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により変更・中止となる場合がございます。

会場案内図

めぐろパーシモンホール 小ホール

(目黒区八雲1-1-1 区民キャンパス内)

東急バス【めぐろ区民キャンパス】バス停を下車してすぐ

■多摩川駅方面より【多摩01】多摩川駅→東京医療センター■目黒駅方面より【黒07】目黒駅→弦巻営業所

東急東横線【都立大学駅】より徒歩7分

■渋谷方面より【所要時間:約10分】東急東横線:渋谷駅(各停)→都立大学駅■
横浜方面より【所要時間:約20分】東急東横線:横浜駅(特急)→自由が丘駅(各停)→都立大学駅

