

1/18

土

健康寿命を延ばそう!!



TMG

Toda Medicalcare Group

# 今日からできる フレイル予防

～ 食事と運動のポイント～

日本は世界最高水準の長寿国。  
しかし、ただ長生きするというだけでなく、  
健康に長生きできる**健康長寿**が大切です。  
本講座では今日からできる**フレイル対策**をご紹介します。



参加費  
無料

予約制

定員  
50名

2024年度 佐々総合病院

## 市民公開講座

講師 | 栄養科 管理栄養士 **萱場 慶太**  
リハビリテーション科 理学療法士 **粕谷 岳志**

日程 | 2025年1月18日(土)

時間 | 14:00 ~ 15:00 (開場 13:30)

場所 | 佐々総合病院 3号館4階 ホール



ご予約

WEBから



お電話から

042-461-1535  
佐々総合病院広報室  
(平日9:00~17:00)

- ・ 駐車スペースがございませんので、公共の交通機関などをご利用ください。有料の自転車駐輪場がございます。
- ・ 新型コロナウイルスを含む感染症の拡大防止の観点から、中止や変更となる場合がございます。
- ・ 当日の収容人数に限りがありますので、ご入場の人数を制限させていただきます。
- ・ 当日撮影した写真は、当施設のホームページや媒体へ掲載します。
- ・ 個人が特定されないよう、撮影・録画・録音においては十分に配慮致します。
- ・ 最新情報は当施設ホームページに掲載しますので、ご確認ください。

次回以降の  
公開講座スケジュール  
HPにてご確認ください →



お問合せ | TEL : 042-461-1535 医療法人社団時正会 佐々総合病院 広報室