

「人生を最期まで楽しく元気に生きるコツ」講演会 を開催

～ ピンピンコロリの新常識 ～

いつまでも健康で住み慣れた地域で元気に暮らし、自分らしい生活を営めるま
ちを目指して、「ピンピンコロリの新常識」の著者である星旦二先生による講演会
を開催します。

- 1 日 時 10 月 26 日（土） 午後 1 時 30 分～4 時
- 2 場 所 三木市文化会館小ホール
- 3 内 容
 - (1) みつきい☆いきいき体操表彰式
 - (2) 地域で体操や頭のトレーニングのグループ活動をするグループの報告
 - (3) 「人生を最期まで楽しく元気に生きるコツ」～ピンピンコロリの新常識～
講師 首都大学東京名誉教授 星旦二先生
- 4 費 用 無料
- 5 申 込 電話、または FAX、メールで申込み。
FAX、メールの場合は、住所、氏名、電話番号を記載。
FAX の場合はチラシの裏面利用可。
- 6 申込み期間 9 月 2 日（火）～10 月 25 日（金）

問い合わせ・申込先 三木市健康福祉部介護保険課
三木市中央地域包括支援センター
電話 0794-82-2000（内線 2343）
FAX0794-82-5500
メール kaigo@city.miki.lg.jp