



静岡県立大学
UNIVERSITY OF SHIZUOKA



文部科学省

地(知)の拠点

県大生と!

学んで、動いて、 今日から楽しくフレイル予防!

私たち県大生と一緒に、足腰の体操や栄養を学んで、
楽しくフレイル予防をしませんか?

7/31 水
13:30~
15:00



- 日時 : 7月31日(水)13:30~15:00
- 会場 : 健康文化交流館 来・て・こ 3階ホール
- 対象 : 60歳以上で医師から運動制限を受けていない方 20人
- 会費 : 無料
- 講師 : 静岡県立大学看護学部生
- 持ち物: ヨガマット(お持ちでない方はバスタオル)、水分補給用の飲み物、タオル
※動きやすい服装、運動靴でお越しください。
- 申込 : 7月3日(水)13:30~、電話で健康文化交流館 来・て・こ
(054-202-4300)までお申込みください(申込順)

お問合せ・申込み先
健康文化交流館 来・て・こ (駿河生涯学習センター)
指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団
〒422-8021 静岡市駿河区小鹿二丁目25-45
電話 054-202-4300
HP <https://sgc.shizuokacity.jp/>

共催
健康文化交流館 来・て・こ
静岡県立大学「ふじのくに」みらい共育センター
協力
静岡県立大学看護学部 発展看護実習 老年看護学領域