

福祉と健康セミナー&カフェ in おおとし

第3回

『サギ被害防止』と

(山口県消費生活センター)

『ロコモ予防(筋肉を作る食生活)』

(山口市食生活改善推進協議会大歳)

10月16日(木)
10時~12時

「自分だけは大丈夫」と思わずに、サギの手口を知っておくことも対策の1つです。家族や知人と話し合ったり、警察や行政が提供する情報に目を通し、十分な注意を払っておくことが大切です！

運動器の障害の為に移動機能低下をきたした状態を「ロコモ」といいます。ロコモが進行すると、将来介護が必要になるリスクが高くなります。そうならないためには食生活をどうしたら良いかなど、一緒にお話を聞きませんか？



会場：大歳地域交流センター
対象：福祉と健康に興味のある方

申込：随時
お申し込み可能です

申込先：
大歳地区社協事務局
大歳まちづくり協議会事務局
TEL 083-920-1700
平日 9:00~17:00
mail: o104mati@c-able.ne.jp

参加料
無料

なぜ福祉とサギの話??
と思いますね。お話を聞いたら
納得できますよ！



お名前、連絡先、
参加されたいセミナーを
お知らせください☎

実施予定講座

NO.	開催日	時間	内容
4	11月2日(日)	※大歳まつりて実施！ 申込み不要	自分のカラダを知ろう 「シニアフレイルチェック」
5	1月16日(金)	10:00~12:00	心の健康講座
6	2月16日(月)	10:00~12:00	日常生活と地域とのつながり

【主催】主管：大歳地区社会福祉協議会

共催：山口市社会福祉協議会、山口市鴻南地域包括支援センター
大歳まちづくり協議会健康福祉部会