

介護予防普及啓発講演会

「人生100年時代を自分らしく生きる」
～からだの変化と向き合う介護予防のヒント～



年齢とともに変化する体のサインを気づき、適切に対応するのが、
介護予防の第一歩！

自分らしい暮らしを続けるためのヒントをお届けします！

**日時****令和7年12月20日（土）****午後2時～4時（受付：午後1時30分～）****会場****印西市文化ホール 2階 多目的室****対象****市内在住、在勤の方****定員****50名（先着順）****無料 ♪****講師****地方独立行政法人****東京都健康長寿医療センター研究所****研究部長 平田 匠 氏（医師）**

- ・臨床疫学・高齢者保健の分野で国内外において活躍
- ・高齢者の健康維持や重症化予防に関する研究多数
- ・慶應義塾大学医学部客員教授、東北大学非常勤講師を経て、現職

申込方法

電話、もしくは、スマートフォンで
右の二次元コードを読み取って、
お申込みください

**こちらから申込み！****【問い合わせ・申し込み先】****印西市福祉部 高齢者福祉課 包括支援係 ☎0476（33）4593**