

仲間と楽しく！
三芳町を
元気にしませんか？



つながる！ふれあう！
令和8年・新規募集
**フレイル
サポーター
養成講座**

申込締切
10/5（月）

日程・時間

3日間コース（1日目と3日目の参加が必須です）

10/7 水	10/13 火	10/21 水
9:30～ 16:00	13:30～ 15:30	13:30～ 16:00
(12:00～13:00 昼休憩)		

場所

未来創造拠点施設 ルミナみよし 交流室

町や東京大学とともに「フレイル予防」を進めていく、
住民主体活動の仲間「フレイルサポーター」を養成します。

活動例／
①



フレイルチェックの実施

健康診断ではわからないフレイルの状態を体組成計や質問票を使って確認します。

活動例／
②



全国のサポーターと交流

全国でフレイル予防に取り組んでいるサポーターと情報交換や交流ができます。

活動例／
③



東京大学との勉強会

東京大学の飯島教授とともに、フレイル予防についての勉強会を開催。

対象 三芳町の住民

定員 10名程度（先着順）

料金 無料

申し込み・問合せ先

健康増進課 健康推進担当

☎ 049-258-0019

FAX 049-274-1051

申込コード



※FAXの場合 ①講座名 ②氏名 ③生年月日 ④住所 ⑤電話番号を記載