

新型コロナウイルス感染症予防のためお家にこもりきりになっていませんか？
健康長寿をめざして、お家でもできるフレイル予防を一緒に学びましょう！

いきいき 介護予防大会

※ フレイル:年齢とともに心身の活力(筋力や認知機能など)が低下して、要介護状態に近づくこと。

令和3年

日時

8月19日 木

14:00~15:30 (開場13:30)

無料

完全
申込制

会場

とうほう・みんなの文化センター

大ホール(福島県文化センター)(福島市春日町5-54)

講演

「いつもの生活にプラスワン! コロナに負けない体づくり」

快フィットネス研究所 所長 吉井 雅彦 氏

定員

200名 (先着順)

福島市民でフレイル予防に興味のある方

持ち物

筆記用具、動きやすい服装、マスク

※必ずマスクの着用をお願いいたします。

※新型コロナウイルス感染症
予防のため、当日はチラシ
裏面のチェックリストをご覧
になっておいでください。

申込

お電話にて、①氏名②電話番号③住所を下記までお申込みください。
申込期間 7月12日(月)~8月6日(金)まで

お申込みのない方は当日ご入場できません。また、新型コロナウイルス感染症等の状況に応じて
中止・変更となる場合がございます。ご了承ください。

当日の感染予防 チェックリスト

ひとつでも当てはまる方は感染予防対策のため
当日の参加をお控えいただきますようお願いいたします。

- 当日の体温が37.5℃以上(もしくは平熱より1℃以上)ある方
- 風邪の症状(せき・鼻水・のどの痛み)や味覚・嗅覚の変化等がある方
- 2週間以内に感染が流行している地域や人が密接する場所に行った方
- 同居者に風邪の症状や発熱している人がいる方

※新型コロナウイルス感染症等の状況に応じて、上記以外でも入場をお断りする場合がございますので、ご了承ください。

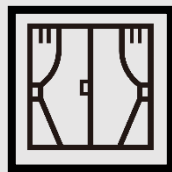
当日は十分な感染予防対策を行って実施いたします



出入り口での
手指消毒



入場時の
体温測定



会場の
換気



触れやすい
場所の消毒



マスク着用と
咳エチケット

申込方法

お電話にて下記宛先にお電話ください。
福島市 長寿福祉課 地域包括ケア推進室

電話 024-529-5064

申込期間 7月12日(月)～8月6日(金)まで (先着順)

※新型コロナウイルス感染症対策のため、ご来場いただく皆様のご連絡先
(氏名・電話番号・住所)をいただきます。

※お連れ様がいらっしゃる場合も、全員分のご連絡先をお申込みください。

※お席に限りがございますので、ご希望の方は早めにお申し込みください。

※お申込みのない方は当日ご入場できません。

※新型コロナウイルス感染症等の状況に応じて中止・変更となる場合がございます。ご了承ください。