

✧ 第二回杉並立教会オンライン講演会 ✧

『～老化のサインを見逃さない～

今からはじめるフレイル予防

フレイルって何？ チェックしてみましょう！』

- －フレイル(虚弱)⇒「加齢により心身が衰えた状態」
- －予防の柱となる栄養、運動、社会参加 のポイント
- －杉並区の取り組み



I. 講演会の日時

2021年11月27日(土)15～16時

(質疑応答含 60 分間)

講師：日本成人病協会 認定講師 岩間初音さん（杉並立教会会員）

多くの健康講座の講師や多文化医療研究所の理事として活動中。

取得資格：社会デザイン学修士・健康管理士上級指導員・栄養士・衛生管理者・調理師等

II. オンライン講演会へ参加を希望される方

- 11月23日(火)までに、「オンライン講演会への参加を希望」の旨、杉並立教会ホームページ内にある「第二回オンライン講演会開催通知」にある Google フォームに必要事項を入力の上 フォーム 下部にある送信ボタンを押し、参加登録をお願いいたします。
後ほど オンライン講演会の 接続 URL を事務局よりメールにてお送り致します。
杉並立教会ホームページ URL: <https://www.suginami-rikkyokai.org/>
- 途中参加、途中退出は自由。
- 参加無料。**
- Web 会議アプリ ZOOM を使用します。
 - (1) オンライン接続開始時刻 11月27日14時50分から。
 - (2) ZOOM への接続方法 オンライン講演会 URL と共にお知らせ致します。



※ 注意事項：第一回の杉並立教会 オンライン講演会と 接続 URL は変更していますので、ご注意ください。

※ 登録時に頂いた 個人情報は、オンライン講演会 URL 送信以外には使用致しません。