

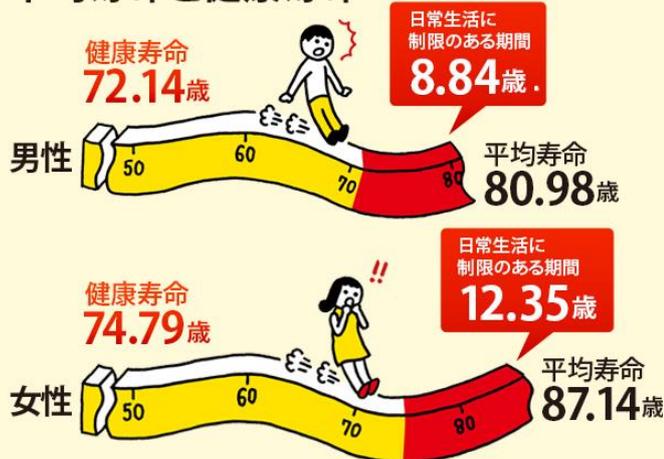
# 地域公開講座



## 健康寿命を延ばす 体操体験

いつまでも元気であるためのヒントを一緒に学びましょう！

### 平均寿命と健康寿命



出典：大正製薬HP 1からわかるロコモより

日時 11/9 土  
10:30~11:30



講座終了後、介護保険サービスの相談コーナーを設けております

### 場所

北区百合が原11丁目185-13  
オニオンコート1階デイルーム



※講座に参加ご希望の方は、お手数ですが、事前に下記の番号へお申し込みください。

右記のQRコードからラインの友達登録をしていただくとラインからもお申し込みができます。



お問い合わせ先・申込先

特別養護老人ホームオニオンコート  
☎ 011-774-2133

※送迎をご希望される方はお申し込み時にご相談ください。