

# フレイル予防講座と コープの宅配弁当試食会



いつも生協をご利用ありがとうございます。  
いつまでもいきいきと暮らし続けるために  
「フレイル予防」について学んでみませんか？  
コープの宅配弁当でおなじみのお弁当も試食も  
行います。ぜひたくさんのご参加お待ちしております。

**日時: 11月9日(木)**  
**10:00~12:00**終了予定

**場所: 植田公民館**  
(大分市大字玉沢700)

**募集人数: 16名**

**参加費: 無料**

**持ち物: 筆記用具**

**※託児はありません**

※応募多数の場合は抽選になります。

当落結果は10/31(火)までに郵送にてお知らせいたします。

## フレイルとは？

「フレイル」とは、体力や気力、認知機能など、からだやこころの機能（はたらき）の低下によって要介護に陥る危険性が高まっている状態をいいます。

このフレイルを少しでも先送りすることが、健康寿命延伸の鍵です。



締切日 10/22(日)



### <お申込方法>

【チラシ】 申込用紙に必要事項を記入し、宅配担当者へお渡し下さい。

【メール】 左のQRコードより読み取り、本文に①お名前②組合員番号を入力してお申込下さい。



### <お問い合わせ>

コープおおいた 畑中センター  
TEL097-545-7151(平日9:00~13:00)

～フレイル予防講座申込書～

締切 10月22日 (日)

組合員番号	お名前
(50-	) ( )
(50-	) ( )

