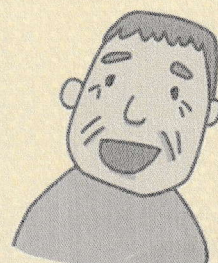


い き い き

みんなで  
楽しく  
健康づくり!

# ヤクルト健康セミナー

## 地域みんなが健幸に!



アクティブシニアでいるために  
～フレイル予防～

健康寿命の為の『四つの生活習慣』について笑  
顔体操・簡単な体操・クイズなども  
取り入れ楽しく学べます!

開催日時 令和6年1月25日(木)  
立花北生涯学習プラザ 学習室4  
10:00~11:30  
参加料 300円 (ヤクルト商品お土産付)  
定員 15名  
対象 どなたでも  
申込先 窓口又は電話 06-6422-6741

受付時間【月~土 9時~21時 日 9時~17時 休館日 祝日】  
●阪急塚口駅から北西徒歩10分  
●阪神バス「立花北生涯学習プラザ」前下車徒歩1分  
〒661-0002 尼崎市塚口町3-39-7,立花北生涯学習プラザ  
TEL 06-6422-6741