

大阪歯科大学

地域連携・実践研究センター

4月21/28日
開催(先着20名)

フレイル・認知症予防 わはは(笑葉歯)健康教室

食事は元気の源 日々の食事を振り返ろう

- フレイル・認知症予防の食事を知りましょう
- 日々の食事を振り返ってみましょう
- サルコペニア予防の運動をしましょう



1. 日時 令和 8 年 4 月 21 日 (火曜日) 13:00~15:00
令和 8 年 4 月 28 日 (火曜日) 13:00~15:00

2. 場所 地域連携・実践研究センター
(大阪歯科大学看護学部1F)

3. 対象 中年から高齢者までの希望者(先着20名づつ)
健康計測は、毎週火曜日10時~12時, 13~15時です

※正午に京阪電車が運行見合わせになっているときは中止となります。