



旭区

老人福祉センター

健康講座

よい睡眠のための 健康管理



- 開催日時 **12月1日(水)** 午後1時30分～2時30分
- 開催場所 旭区老人福祉センター 3階会議室
- 講師 千成ヤクルト販売(株)
- 対象 利用証をお持ちの方
- 定員 20名(申し込み先着順)
- 内容 よい睡眠のための健康管理について
- 参加費 無料
- 申込み 11月1日(月)午前9時45分より

この講座の申し込み・問い合わせは

旭区老人福祉センター

06-6955-1377

日・祝・年末年始を除く AM9:45～PM5:00

来館・**電話**にて(来館者優先)



主催 旭区老人福祉センター
指定管理者 社会福祉法人リバルタ

申込み開始: 11月1日(月)午前9時45分～



申込書



『よい睡眠のための健康管理』に申し込みます。

■氏名 _____ ■性別 男 ・ 女

■住所 _____ ■年齢 _____

■電話番号 _____ ■利用証番号 _____

※講座参加に際し、配慮が必要なことがございましたら、当センターまでご相談ください。