

鎌田式！健康塾



講師

医師・作家

鎌田 實 先生



『若々しい体と脳をつくる』
～フレイル・認知症にならない生き方～

令和8年 13:00～14:30

11月27日金

入場
無料



講演内容

- 低栄養を防ぐポイント
- 繋がり健康
- フレイル予防のための運動実践

《会場》 ウェルとばた 3階 大ホール

北九州市戸畑区汐井町1番6号



事前申込は
こちら

定員
800名

※定員を超えた場合は
抽選になります。
※悪天候などにより
中止となる場合は
ご連絡いたします。

《申込期間》 令和8年 10月15日木～11月6日金

電子申請



電子申請用
二次元コード

または

往信(表)

〒802-8560 小倉北区馬借一丁目
長寿社会対策推進室
介護予防担当

往復はがき

11月6日金消印有効

返信(裏)

記入しない

返信(表)

代表者住所
代表者名

往信(裏)

- ①講座名
- ②応募者(3名まで)
全員の氏名(か)・年齢
・代表者
・同伴者
・同伴者
- ③代表者情報
・郵便番号・住所
・電話番号
- ④講師への質問
任意・50文字程度