

多目的棟カレッジ

生涯現役 & ピンピンコロリ

第2の人生を自分らしくイキイキと
生きるために

人生100年時代、生涯自分でできる3つの方法

①脳の活性化、②生活習慣の見直し、③食生活の見直し のお話をします



講師

古賀 令子 氏 LLアドバイザー

日時

3月22日(土)
10:00~12:00

場所

耳納市民センター多目的棟 多目的ホール

定員

15名

申込方法

3月1日(土) 9:30より申込先着順

①電話 ②FAX ③窓口 ④メール(右上のQRコードが便利です)

●休館日(月曜日)は受付していません

●受付時間 9:30から21:30まで

スマホ
で申込



お問合せ

耳納市民センター多目的棟

(指定管理者: 公益財団法人 久留米市生きがい健康づくり財団)

〒839-0824 久留米市善導寺町飯田202番地1

TEL (0942) 47-0995 FAX (0942) 47-0994



講座情報