

# 第3回フラワータウンカレッジご案内

『フラワータウン住民が互いに  
教え学び合い交流の輪を広げる』

## 健康寿命の伸ばし方

健康寿命は、介護を受けたり病気で寝たきりになったりせず、健康体で生活できる期間をいいます。

健康でなくなる原因の第一位は運動器の障害ですが、これを防止し、明るく元気でニコニコ100歳を迎えるための考え方や運動などを紹介頂きます。



### 住民講師

鈴木 康三  
(富士が丘)

元 京都大学理学療法学科  
助教授  
前 四條畷学園大学  
リハビリテーション学科  
学科長・教授

### 日時

2015年1月25日(日)  
午前 10～12時

### 場所

フラワータウン市民センター視聴覚室

### 申込み先 メール若しくはFAX

フラワータウンカレッジ運営協議会宛て氏名・住所・電話番号記入)

メール [toshio-we@iris.eonet.ne.jp](mailto:toshio-we@iris.eonet.ne.jp)

FAX 079-564-2798

問合せ先 TEL 090-9541-5011 (17時以降 事務局)

### 参加費

300円

フラワータウン住民は  
200円

### 定員

60名

### 主催

フラワータウンカレッジ  
運営協議会

富士が丘魅力ある  
まちづくりサークル

### 後援

三田市

フラワータウン

連合自治会