

第2回 フレトレ講演会

健康的に生きる!!

「フレトレ」は、日本健康寿命延伸協会で名付けた“フレイル予防トレーニング”の略称です。

フレイルは、高齢者の健康を脅かす危険信号です。フレイルに至らず健康的に過ごすための方
法について学び、フレトレを行っていきましょう。

第2回フレトレ講演会は、第1回に引き続き「健康的に生きる!!」をテーマに、2名の先生方にご
講演を頂きます。皆様ぜひ奮ってご参加ください。

日 時

2019年4月18日 木 14:00-16:00 (開場13:30)

場所

板橋区文化会館 小ホール

定員

先着300名

人数把握のために事前申込をお願いしています。

(裏面をご参照下さい)

当日、席に空きがあればご参加頂けますが、

事前申込の方が優先となります。

参加費

500円 (当日払い、資料代として)

第1部

「高齢者の老年症候群とその対策」

講師: 杉江 正光先生

(東京都健康長寿医療センター 高齢者健康増進センター)



第2部

「高齢者の自律神経障害～頻尿や疼痛～」

講師: 堀田 晴美先生

(東京都健康長寿医療センター研究所 自律神経機能研究室)



主催:一般社団法人日本健康寿命延伸協会
協賛:健康増進する友の会、東洋レヂン株式会社
協力:板橋区介護サービス全事業所連絡会
後援:地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター

お問い合わせ

一般社団法人日本健康寿命延伸協会

FAX:03-6332-8853

E-mail: jimukyoku@ahle-j.com

第2回 フレトレ講演会 健康的に生きる !!

参加は先着300名様となります。事前申込をされた方が優先となります。当日、席に空きがあればご参加できます。皆様のお友達もお誘いの上、ご参加ください。皆様のご参加をお待ちしております。

申し込み方法	①ホームページからのお申込み ②FAXでのお申込み 下記申込書に記入の上、お申し込みください。 ③店舗でのお申込み	
申し込み締切	2019年4月10日(水) *期日までにお申込みいただいた方へは、お申込み確認のご連絡を致します。	
申し込み先	ホームページ	https://ahle-j.com
	FAX	03-6332-8853
	店舗住所	〒173-0014 板橋区大山東町54-7 太田ビル2号室 ヘルスケア工房 FILTS



*整理券の配布等はありません。当日、受付にてお申込者の確認を行います。

FAX送信シート

(下記に必要事項を記入の上、切り取らずに送信してください。)

代表者のお名前	
ご住所	
FAX番号	
参加者のお名前 <small>*参加する方全員のお名前をご記入ください。</small>	

「個人情報の取り扱いについて」

下記個人情報の取り扱いについてご一読の上、□に（チェックマーク）を付けてください。⇒ 同意します 同意しません
(チェックがない場合は、同意頂いたこととして対応いたします)

- ご記入頂いた個人情報は、今回お申込頂いたセミナー手続き、弊会が主催するセミナー・イベント情報製品に関する情報提供をする場合に使用致します。
- これらの個人情報は適切な安全対策のもと一般社団法人日本健康寿命延伸協会の個人情報管理統括責任者が管理しております。
- 原則としてお客様の同意なく第三者へ開示・提供いたしません。
- お客様は弊会に対して、弊会が有している開示対象個人情報を開示、訂正、削除、利用目的の通知、利用提供停止を要求することができます。
- ご同意いただけない場合は、本セミナーの手続き及び付帯するサービスの提供等をいたしかねる場合がありますので、あらかじめご了承ください。