

地域訪問講座

あなたのまちに

シルバー大学校 がやってくる

in
三好市

入場無料



● 講演会

「フレイル予防」で
健康生活！

管理栄養士 小林 雅代

乳児健診、ヘルシー料理教室、
65歳以上の男性を対象にした
料理教室などの講師を務める。
小さい頃からの食生活の大切さ、
生活習慣病予防の食事、
高齢者の低栄養予防など健康
で過ごすための一助になれば
をモットーに活動中。



笑いは心の深呼吸

落語家 桂 七福

徳島県在住の落語家。
定期的開催する落語会のほか、
自身の人生体験を基にした講演
活動に力を入れている。
人権・福祉・教育に関する講演
会多数。県内のテレビやラジオ
でもレギュラーとして活躍中。



● 参加者交流会

◎参加者と講師を交えた交流会

講師のお二人や地域の皆さんとお話しされたい方は
お気軽にご参加ください。

◎「徳島県シルバー大学校」紹介

◆日 時 令和2年

2月26日(水)

13:00~16:00

◆定 員 100名

◆会 場 三好市池田総合体育館 サブアリーナ
三好市池田町マチ2551-1



◆お問合せ 公益財団法人 とくしま “あい” ランド推進協議会
(徳島市中昭和町1-2 徳島県立総合福祉センター 2階)

TEL.088-655-5080

三好市長寿・障害福祉課
(三好市池田町シンマチ1500-2)

TEL.0883-72-7612



主催 徳島県・公益財団法人 とくしま “あい” ランド推進協議会

とくしま “あい” ランド推進協議会は、明るい長寿社会づくりの事業を行う団体です。

