



# 楽語い講座2020<sup>年度</sup>

- \* 対象者：どなたでも
- \* 会場：魚沼市立小出病院 講堂（外来棟2階）  
またはZoom(Web会議システム)
- \* 時間：18:00 ～ 19:00

**2021年1月6日（水）**

## 【フレイルを予防しよう】

※フレイル (frail) とは…加齢にともなって心身が衰えてくること。筋力や体重が減ることだけでなく、閉じこもりや意欲・認知機能の低下も含む。

**講師：小出病院栄養科 管理栄養士  
野崎 彰子**

**2021年1月20日（水）**

## 【人生の最終段階をどう過ごすか考える】 —ACPについて学びましょう—

**講師：斎藤内科クリニック 院長  
斎藤 忠雄**

**申込締切：\* 講堂参加／各回前週木曜日まで**

※講堂への参加は申込先着順25名までとなりますので  
電話・FAXにてお申込みください。

**\* Zoom参加／各回前日まで**

※Web会議システム「Zoom」参加希望の方はEメール  
にて希望日・氏名を記載の上お申し込みください。

**申込先：地域医療魚沼学校（小出病院教育研修センター内）**

TEL: 025-792-1167 / FAX: 025-793-7358

E-mail: info@uonuma-school.jp