

「アイフレイル」ってなに？

今日から始めるアイフレイル対策

近年注目されている「アイフレイル」とは、加齢などに伴って目の働きが少しずつ衰えていく状態を指します。わが国で中途失明の原因となる主な眼疾患は、自覚症状がほとんどないままゆるやかに進行し、気づいたときには視力や視野が低下し、日常生活に支障を及ぼします。本講演では、アイフレイルという視点から、目の衰えに早く気づくためのサインや、今日からできる対策についてお話いたします。

日 時 令和8年3月13日(金)

14時00分～15時30分

場 所 南ふれあいセンター

3階 第2・3研修室

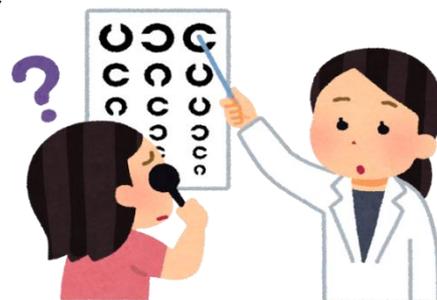
受講料 **無料**

講 師 川崎医療福祉大学 米田 剛 氏

対 象 高校生以上の方

定 員 30名

締 切 令和8年3月3日(火)**必着**



締切後も定員に達していない場合は
受付いたします。
(総合事務室までお問い合わせください。)

※岡山市安全・安心ネットワーク「地域応援人づくり」講座とは…

岡山市が進める安全・安心ネットワークとは、生活する地域を自分たちの力で守り育てるため、各種地域団体やグループの方々が幅広く連携し、防犯・防災・環境美化・地域福祉・健康づくりなどの地域の課題解決に向けた取り組みを充実させてより活発な活動を行うためのネットワークです。この講座では健康づくり分野について学習します。

(控)

申込日	令和 8 年 月 日	
講座名	「アイフレイルってなに？」 今日から始めるアイフレイル対策	
ふりがな		年齢
氏名		
電話番号		
住所		

申込日

令和 年 月 日

講座名

「アイフレイルってなに？」
今日から始めるアイフレイル対策

氏名

来館・ハガキ・FAX・Eメール・申込フォームのいずれかにて、講座名・氏名・ふりがな・年齢・住所・電話番号を明記の上、南ふれあいセンターまでお申し込みください。(宛先はチラシの下部をご覧ください)

専用フォームからお申込みいただけるようになりました！
二次元コードを読み取ってお申し込みください。▶▶▶



アイフレイルってなに？
今日から始めるアイフレイル対策



南ふれあいセンター
ホームページはこちら！

≪講座の申し込み方法について≫

- ※ 受講の可否については、締め切り後に順次お知らせいたします。
3月10日を過ぎても連絡がない場合は、お手数ですが、講座担当（管理事業係）までご連絡ください。
- ※ 応募者多数の場合は抽選（岡山市民の方優先）、少数の場合は中止することがありますので、ご了承ください。
- ※ 締め切り後も定員に余裕がある場合、受講できることがありますのでお問い合わせください。
- ※ 申込フォーム及びEメール・FAXでお申し込みいただいた場合は、折り返し、受信した旨を連絡させていただきます。
2、3日経過しても連絡がない場合は、お手数ですが、お電話でお問い合わせください。
- ※ お申し込みの際の個人情報は、講座運営上必要な資料作成（名簿等）、ご連絡、利用統計、新規開設講座のご案内、担当講師への情報提供に利用させていただきます。
- ※ 駐車場の収容台数には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

【お問い合わせ先】 南ふれあいセンター管理事業係
〒702-8021 岡山市南区福田690-1

【TEL】 086-261-7001 **【FAX】** 086-261-7025

【Eメール】 m-kouza@mx.okayama-fureai.or.jp

