# 専門家からのアドバイスシート

自分が現在行っている健康活動・介護予防活動について、様々な専門の人からアドバイスをもらいましょう。
（例えば、介護予防教室の先生や地域包括支援センターの職員など、あなたの介護予防に関わる専門家から、あなたの介護予防活動についてアドバイスをもらいましょう）

| 日付 | アドバイスを受けた場所 | アドバイスをくれた人 | アドバイス内容 |
|---|---|---|---|
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |

# 専門家からのアドバイスシート

自分が現在行っている健康活動・介護予防活動について、様々な専門の人からアドバイスをもらいましょう。
（例えば、介護予防教室の先生や地域包括支援センターの職員など、あなたの介護予防に関わる専門家から、あなたの介護予防活動についてアドバイスをもらいましょう）

| 日付 | アドバイスを受けた場所 | アドバイスをくれた人 | アドバイス内容 |
|---|---|---|---|
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |
| 年<br>／ | | | |