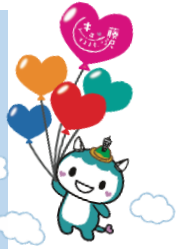
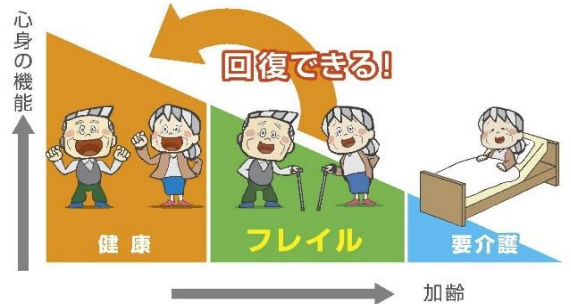


主催：藤沢市健康づくり課

フレイルについて一緒に学びましょう 第1回フレイル講座



『フレイル』とは高齢者の健康な状態と
要介護状態の間にある
「虚弱状態」を指します。
フレイルの状態が続き悪化すると
要介護のリスクが高まります。



「食事でフレイル予防！ 元気な体づくり」

「フレイルリスク
のチェック」を
実施します!!

令和6年 4月23日 (火)

午後2:00~3:30

講師：藤沢市健康づくり課
保健師・栄養士



定員15名 事前予約制

<場所・お問い合わせ・申し込み先>

村岡地区地域ささえあいセンター

きらり ☎ 0466-86-7531

渡内4-5-18 渡内クリニックビル1階

月曜~金曜 9:00~17:00 (祝日除く)

