

参加費  
無料

どなたでも歓迎！！

# フレイルチェック

フレイルとは、わかりやすく言えば「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。しかしフレイルは、早く介入して対策を行えば元の健常な状態に戻る可能性があります。高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす危険があります。フレイルチェックや特徴、ならないための予防法について行います。

- 人と顔を合わせるのが面倒になった。
- 外へ出ることがおっくうになった。
- 歩くのが遅くなった。
- たくあんなどのかたい食べ物が嫌になった。
- お茶や汁物でむせるようになった。

フレイルの可能性が  
あります！！



期 日 9月24日（火）  
15:00～16:00（10分前にお越しください）

場 所 今井整形外科医院 旧館 多目的フロア

参加費 無料

対 象 どなたでも参加できます 定員：25名

申 込 9月20日（金）までに、お電話か直接、お申し込み下さい。

今井整形外科医院 Tel055-232-7411