



フレイル予防

フレイルとは？ 「健康な状態」と「要介護状態」の間にある心身が弱った状態のことです。



☐ 食の偏りによる体重減少

☐ 疲れやすくなった

☐ 歩行時につまづきあり

《日時》

11/6 (金) 14:00~15:30

(受付:13:45~)

《場所》 羽曳野市立保健センター

《定員》 50名

《講師 調子和則医師》

《羽曳野市医師会 調子医院》

参加費用
羽曳野市民対象
無料



★必ず**事前にお申し込みが必要**です!! お電話または来所にてお申し込みください。

