

# フレイル講座

令和5年6月21日（水）14時～15時

場 所： 羽沢南町内会館 1F

講 師： 小林俊一氏（小林内科・循環器クリニック）

対 象： おおむね65歳以上の方

持ち物： 筆記用具・飲み物・マスク

参加費： 無料

## フレイルとは？

高齢期に体力や気力、認知機能など、からだところの機能（はたらき）が低下し、将来介護が必要になる危険性が高くなっている状態をいいます。詳しいお話を先生に伺います。

お申込み・お問い合わせ

地域包括支援センター若竹苑（小宮）

TEL：382-0024

