

フレイル予防

～令和3年度フレイルチェック～

コロナ禍のため感染拡大時期を避け、予防対策を取りながらフレイルチェックを実施しました。

↓ いき100竹ヶ谷会場『かぐや姫竹ヶ谷グループ』(4/21)



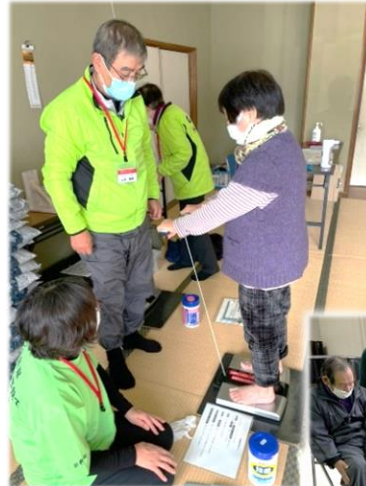
いき100川切会場『チーム男気』(4/26) →

↓ いき100阿井会場『活マクラブ』(9/24)



↑ いき100掛盤会場『笑顔』(9/27)

↓ いき100北地会場『北地ダイヤモンドクラブ』(11/30)



← いき100西在会場
『西在いきいき百歳体操』
(12/6)

いき100小浜会場
『小浜いちょうクラブ』
(1/17) ↓



フレイル予防のために・・・食べる・動く・参加する

フレイル予防のためにはしっかり食べて動くこと、そして社会参加によるつながりの維持も大切です(心のフレイル予防)。本年度是那賀町に新たなフレイルサポーターも仲間入りしました。コロナ感染予防を講じつつ、フレイル予防3本柱(栄養・運動・社会参加)を推進していきますので、ご理解ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

検温、消毒、
手洗いも
忘れずに!!



フレイル予防に関する 相談・お問い合わせ先

那賀町社会福祉協議会



64-0026



64-0065

STOP
フレイル