

いつまでも！
元気ハツラツ！！



フレイル予防

フレイルは、高齢期に加齢や病気などによる影響を受けて心身の活力を含む生活機能が低下し、将来要介護状態となる危険性が高い状態のことをいいます。
フレイルにならないためにも、楽しく学びましょう！

●開催日時 令和7年 11月25日(火) 13:00~15:00

●開催場所 甲奴健康づくりセンター ゆげんき 多目的室

●講師 大塚製薬、ドラッグストアウオンツ 管理栄養士
三次市健康推進課 中村歯科衛生相談員
大前 みどり 先生

お土産
あり！

【内 容】

- ・今日からはじめる『**フレイル予防**』
- ・『**オーラルフレイル予防**』について
- ・『**おたのしみたいむ!!**』で楽しもう🎵



●申し込み

老人クラブの方

各単位クラブ長さんへお申し込みください。
申し込み期限は、**10月31日(金)**まで。

老人クラブ以外の方

カーターセンター、ゆげんき、甲奴支所へお申し込みください。
申し込み期限は、**10月31日(金)**まで。



【こうぬ健康づくり推進プロジェクト】

●甲奴町振興協議会連合会 ●三次市社会福祉協議会 甲奴支所 / ゆげんき ●三次市 甲奴支所