

令和4年3月22日  
福祉保健部健康推進課

---

---

## フレイル予防啓発紙芝居及びDVDの作成について

---

---

三次市健康推進課では、フレイル予防の紙芝居及び、DVDの作成を行いました。

### 1. 目的

高齢者がいつまでも元気で過ごすことができるよう、フレイルに関する周知啓発を行い、高齢者が日常生活にフレイルの予防行動を取り入れることで、要介護状態になることを防ぐ。

### 2 活用方法

DVD や紙芝居は、元気サロンなど地域の通いの場において、出前講座や来年度開始するオーラルフレイル予防事業において専門職が、啓発資材として活用予定。

### 3 内容

#### 【フレイル予防啓発 DVD】

- ・「しっかり食べて！よ～く動いて！フレイル予防」（低栄養予防と運動）
- ・「お口の体操から始めるオーラルフレイル予防」

#### 【低栄養予防・オーラルフレイル予防啓発紙芝居】

- ・「しっかり食べて低栄養予防！」
- ・「知って、実践!!オーラルフレイル予防～のぼそう！健康寿命～」

---

本件に関するお問い合わせ先

---



三次市 福祉保健部 健康推進課（担当／坂井・備後）

電話番号：0824-62-6232 FAX番号：0824-62-6382

E-mail：kenko@city.miyoshi.hiroshima.jp

〒728-8501 広島県三次市十日市中二丁目8番1号

【フレイル予防紙芝居及び DVD】



紙芝居：「知って!! オーラルフレイル予防～のばそう！健康寿命～」

DVD：「お口の体操から始めるオーラルフレイル予防」

「しっかり食べて！よ〜く動いて！フレイル予防」