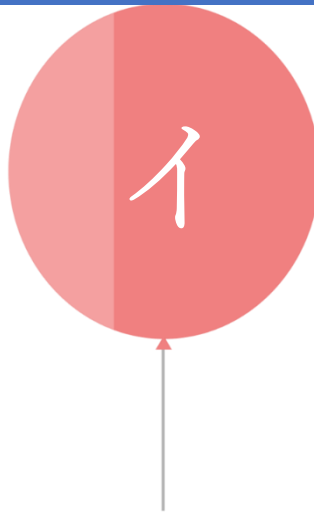
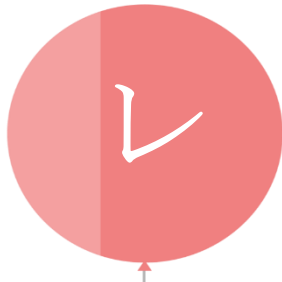
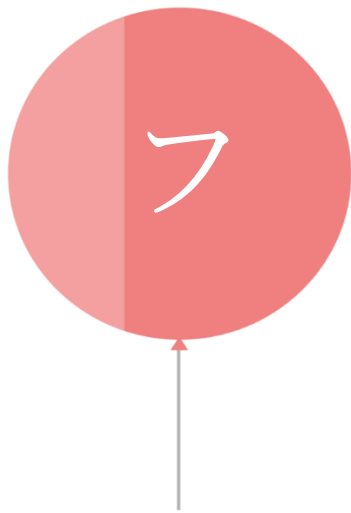


あなたもフレイルチェック
してみませんか？



忘れっぽくなったり



体力が落ちたり



野菜やお肉、魚等が不足したり

フレイルとは？

加齢により心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態を「フレイル」と言います。健康な状態と要介護状態のちょうど真ん中の状態で、多くの人が健康な状態からこのフレイルの段階を経て、要介護状態に陥ると考えられています。

日時：10月6日(金)10時～12時頃
場所：東北医科薬科大学病院 1階ロビー

参加
無料

フレイルを予防して

健康寿命を延ばしましょう！