

参加
無料

フレイル予防/ ～体力に不安を 感じたら～

やってみよう

フレイルチェック!

フレイル予防体操!



フレイルとは??

体力や気力、認知機能など、身体や心の機能低下によって要介護に陥る危険性が高まっている状態をいいます。

これまでしていたことを「やらなく」なったり、「おっくう」になってきたりしていませんか？
フレイルの徴候をまずはチェック！

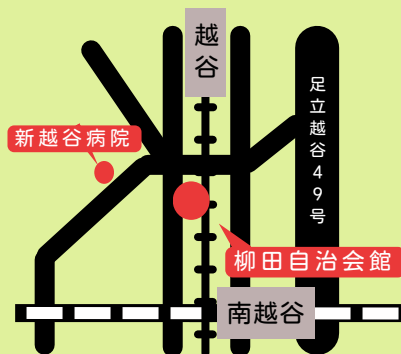
2024年
6月18日(火)

14:00 - 15:00

会場：柳田自治会館
(やなぎだ公園 高架下4号公園となり)

講師：リハビリテーション科

運動から**健康寿命**を
延ばしましょう。



お問い合わせは
こちら
(ご予約不要)



新越谷病院

〒343-0815 越谷市元柳田町6-45

地域医療連携室

TEL:

048-964-2307