

6月の高齢者支援推進事業は…

フレイル 予防講座

いつまでも元気で楽しく過ごすため、
「フレイル」とは何かを知り、
予防や対策について一緒に考えましょう。



「フレイル」とは？

- ・加齢に伴い心身の機能が低下した「虚弱」状態のこと。
- ・また、「健康」と「要介護」の中間の状態のこと。



日時 令和5年 **6月14日** (水) 13:30～14:30
場所 高松市社会福祉協議会 東館2階会議室
高松市福岡町二丁目24番10号
講師 **高松市長寿福祉課**



毎月講座開催しています。参加費無料！お気軽にご参加ください。

★ お問い合わせはこちら ★

高松市社会福祉協議会 老人介護支援センター ☎ (087) 806-0500