

定員
500名
入場無料

フレイル予防セミナー

加齢とともに心身の機能が低下した「健康」と「要介護」の間の状態のことを「フレイル」といいます。

今回はフレイル予防研究の第一人者である飯島勝矢先生から、人生100年時代を元気に乗り切るためのフレイル予防の秘訣についてお話をさせていただきます。



令和7年

7月15日(火) 14:00-16:00
(開場 13:15)

※大雨警報等の発表により、やむを得ず中止とする場合があります。
事前にホームページをご確認ください。

手話通訳
要約筆記あり

西区民の方どなたでも参加可能

要事前申込 申込期限: 令和7年7月8日(火)

高齢者いきいき活動
ポイント事業対象

コジマホールディングス

西区民文化センター 2階 ホール

※なるべく公共交通機関でお越しください。(横川新町6番1号)

東京大学高齢社会総合研究機構 機構長
未来ビジョン研究センター 教授

講師

いいじま かつや
飯島 勝矢 先生



【申込方法】

●インターネットから

専用の申込フォームに必要事項を入力の上、申し込みください。

(市HP: https://www.city.hiroshima.lg.jp/nishiku/kenkou_kosodate/1027676/1039904.html)

広島市西区 フレイル予防セミナー 検索



●お電話から

西区役所厚生部地域支えあい課 ☎082-294-6235 までご連絡ください。

主催: 西区フレイルチェック活動実行委員会

広島市西区医師会/広島市歯科医師会(西区支部) / 広島市薬剤師会(西区支部)
広島県栄養士会 / 広島県域リハビリテーション広域支援センター(荒木脳神経外科病院)
地域包括支援センター(西区内6か所) / 広島市西区社会福祉協議会
広島市西区役所(厚生部地域支えあい課)