

渋谷図書館
出張けんこう教室

フレイルについて 知ろう！ 予防しよう！



日時: 2/19 (水) 14:00~15:30

会場: IKOZA 3階 304 講習室

定員: 20名

申込: 1/19 (日) 9:00より

渋谷図書館窓口または

電話 ☎046-267-2741

(受付時間 9:00~21:15)

フレイルについての講話

フレイルとは、健康な状態と要介護状態の間の段階のことを言います。
フレイルになるとどうなるのか？
どうすれば予防できるのか？
保健師が説明します。

血行動態測定

20分ほどの講話のあとに、血圧と血液循環を測定します。
測定結果についての説明も聞けます。