

台東区で元気を長く！

フレイル予防講演会

「フレイル」とは、年齢とともに心身の活力が低下した健康と要介護の中間の状態を指します。自分のため、地域のためにフレイル予防について学びませんか？

講師

筑波大学 人間系教授

山田 実 氏



会場

台東区役所
10階1001会議室

開催日時

令和7年9月1日（月）
14時～16時（開場：13時30分）

対象

台東区在住・在勤・在学の方

申込

電話・電子申請

問い合わせ

台東区役所 介護予防担当
電話：03-5246-1295



▲電子申請QR

参加無料
定員：100名
（先着順）