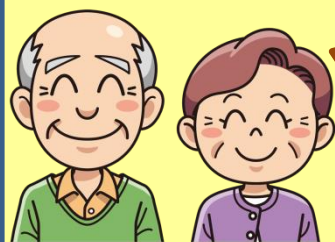


これからの健康づくりはフレイル対策が中心に！



# フレイルを ご存知ですか？

健康でいるためには、病気にならないこと。しかし、これからはもう一つの健康「病気と付き合いながら自立して楽しく暮らせる元気と活力＝機能的健康」を守ることが重要だと言われています。「フレイル」とは、機能的健康状態が低下していく段階を示した言葉です。一緒にフレイルの危険度チェックをしたり、生活のポイントを振り返ってみませんか？セミナーの時間以外には、資料配布もしています。どうぞ、お気軽にお集まりください。

お問い合わせ先：看護部

【開催日】 **12月6日(水)**

【場所】 2階エスカレーター横

【内容】

(1) ポスター展示・資料配布(8時半～15時)

監修：認知症・せん妄看護委員会

協力：看護部質向上委員会

(2) ミニセミナー 講師：認知症・せん妄看護委員会 看護師

**(10:30 12:30)**

セミナー＋質疑応答 30分程度 (途中参加・退席自由です)

予約不要・  
無料です。  
お気軽に！



(次回以降のご案内) 変更の可能性もあります。院内掲示またはホームページをご確認ください。

12月18日(月) 「これからのスキンケア～お肌乾いていませんか?～」 皮膚排泄ケア認定看護師

1月18日(木) 「これって本当? インフルエンザの知識と予防法」 救急総合診療科医師

1月30日(火) 「乳がんを見つけるには?～マンモと超音波の違いとは?～」 診療放射線技師

2月15日(木) 「食べる力をパワーアップ」 摂食・嚥下障害認定看護師 リハビリテーション科