

最優秀賞

運動

始めよう



フレイル
予防



社会活動



コミュニケーション

2月1日はフレイルの日

フレイルって？



フレイルとは、「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。
高齢者では、生活の質を落とすだけでなく、様々な合併症も引き起こす危険があるため、
早めに介入してフレイルの対策を行えば元の健康な状態に戻る可能性があります！



最優秀賞 前島利果さん (さいたま赤十字病院 研修医)