

10月の活動紹介



給食サービスで
フレイルチェックを
実施しました！



地域のワークショップに参加し
地域の健康課題や健康づくりの取り
組みを共有！



八尾スマートライフ塾（糖尿
病予防教室）や禁煙塾同窓会
を開催！

参加者の声：フレイルチェックに参加しました。フレイルという言葉をよく耳にしていたけど、健康な状態と介護が必要な状態の間で、健康を意識することで良くも悪くもなることが分かりました。