

2月1日はフレイル*の日！！ 横浜市フレイル予防イベント



@イオンスタイル東戸塚 開催！！

「フレール！フレール！フレイル予防！」は横浜市のフレイル予防推進の愛称です

横浜市・イオンリテール(株)・大塚製薬(株)・(公財)横浜市スポーツ協会
によるフレイル予防のイベントを **初めて 実施します！**



公益財団法人
横浜市スポーツ協会
YOKOHAMA SPORT ASSOCIATION



横浜市は、平成24年度よりイオン株式会社と「包括連携協定」を、令和2年度より大塚製薬株式会社と「市民の健康増進等に係る包括的連携に関する協定書」を締結しています。

※フレイルとは、高齢期に体力や気力、認知機能など、からだところの機能が低下し、将来介護が必要になる危険性が高くなっている状態をいいます。

横浜市は、「ポジティブ・エイジング」を目標に、健康寿命の延伸と積極的で活力ある高齢社会の実現を目指してフレイル予防を推進しています！

日時：令和5年2月1日（水）10時～14時

場所：イオンスタイル東戸塚2階 アネックス館連絡通路

〒244-8528 神奈川県横浜市戸塚区品濃町535-1



【実施内容（一例）】 ※事前申し込みは不要です

- ・フレイルチェックリストをやってみよう！（横浜市）
- ・食生活提案、レシピのご紹介（イオンリテール(株) ※協力：キューピー(株)）
- ・噛む能力チェック、お口の体操にチャレンジ（イオンリテール(株) ※協力：サンスター(株)、(株)ロッチ）
- ・栄養バランスの上手な取り方 アドバイス（大塚製薬(株) ※協力：戸塚区食生活等改善推進委員会（ヘルスメイト））
- ・生活習慣病予防 アドバイス（大塚製薬(株) ※協力：イオン薬局）
- ・買物ついでにからだチェック！～姿勢測定・体力測定～（(公財)横浜市スポーツ協会 ※協力：(株)マクニカ）

参加者には各団体から
素敵なプレゼントをご用意
しています！（数量限定）



詳細は横浜市 HP へ

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/fukushi-kaigo/koreisha-kaigo/kaigoyobo-kenkoudukuri-ikigai/kaigoyobo-kenkoudukuri/default2023011918341.html>



当日の取材は直接現地にお越し下さい。なお、通路を使用したイベントになりますのでお客様の通行の妨げにならないようご注意ください。

お問合せ先

健康福祉局地域包括ケア推進課長 鴨野 寿美夫 Tel 045-671-2439