

定員
500名
入場無料

西区フレイルチェック活動 特別企画

フレイル予防セミナー

加齢とともに心身の機能が低下した
「健康」と「要介護」の間の状態のことを
「フレイル」といいます。

今回はフレイル予防研究の第一人者である
飯島勝矢先生から、人生100年時代を元気に
乗り切るためのフレイル予防の秘訣について
お話をさせていただきます。



令和7年

7月15日(火) 14:00-16:00
(開場 13:15)

※大雨警報等の発表により、やむを得ず中止とする場合があります。
事前にホームページをご確認ください。

手話通訳
要約筆記あり

高齢者いきいき活動
ポイント事業対象

西区民の方どなたでも参加可能

要事前申込 申込期限: 令和7年7月8日(火)

コジマホールディングス

西区民文化センター 2階 ホール

※なるべく公共交通機関でお越しください。(横川新町6番1号)



東京大学高齢社会総合研究機構 機構長
未来ビジョン研究センター 教授

講師

いいじま かつや
飯島 勝矢 先生

【申込方法】

●インターネットから

専用の申込フォームに必要事項を入力の上、申し込みください。

(市HP: https://www.city.hiroshima.lg.jp/nishiku/kenkou_kosodate/1027676/1039904.html)



広島市西区 フレイル予防セミナー 検索

●お電話から

西区役所厚生部地域支えあい課 ☎082-294-6235 までご連絡ください。

主催: 西区フレイルチェック活動実行委員会

広島市西区医師会/広島市歯科医師会(西区支部)/広島市薬剤師会(西区支部)
広島県栄養士会/広島県域リハビリテーション広域支援センター(荒木脳神経外科病院)
地域包括支援センター(西区内6か所)/広島市西区社会福祉協議会
広島市西区役所(厚生部地域支えあい課)