

介護予防・フレイル予防普及啓発

介護予防・フレイル予防について広く都民へ情報発信

- ◎ WEBサイト、PR動画リーフレットを作成
- ◎ 普及啓発イベントを実施



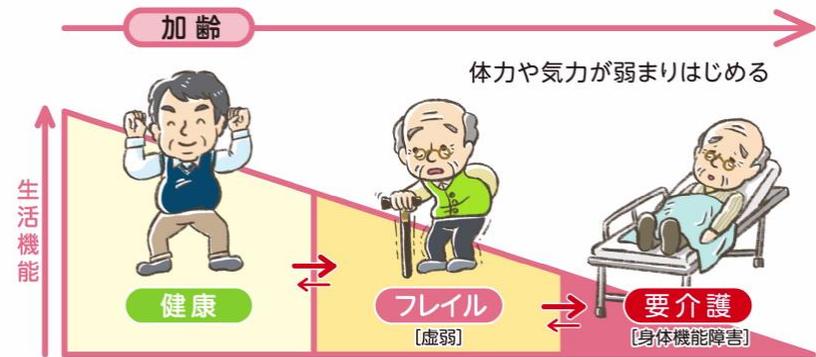
フレイル予防で健康寿命を延ばす

フレイル

年齢とともに心身の活力が低下し、要介護となるリスクが高くなった状態

➡ 予防のポイントは、

「栄養」「体力」「社会参加」「お口の健康」





広報展開

◎PR動画

東京動画（本日～）、YouTube広告（12月中旬～）

◎普及啓発イベント

令和2年1月30日（木）午後1時30分～

渋谷区文化総合センター大和田 さくらホール

詳しくはWEBサイトへ

http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kaigo_frailty_yobo

令和2年度
介護予防・フレイル予防普及啓発イベント
「知っておく!から始める
介護予防・フレイル予防」

参加費 無料
定員 700名
会場

「フレイル」とは、年齢とともに心身の能力が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態で、早期から予防を始めることが大切です。
このたび、普及啓発イベント「知っておく!から始める介護予防・フレイル予防」を下記のとおり開催します。

開催日時
令和2年1月30日(木)
13:30～16:30(受付開始12:00)

会場
渋谷区文化総合センター大和田 さくらホール
(東京都渋谷区桜丘町23-21)

参加案内
参加費無料、申込不要
※13時30分、15時、17時30分の3回開催
※13時30分、15時、17時30分の3回開催
※13時30分、15時、17時30分の3回開催
※13時30分、15時、17時30分の3回開催

主催：東京都 共催：渋谷区