

専門・認定看護師による 2026年度

第3回 山手ミニ見に講座



人生100年時代

“フレイル”って何だろう？

〈住み慣れた地域で暮らし続けるために〉

フレイルとは健康状態と要支援・要介護状態の間の状態のことです。フレイルを予防するには大切な3つの柱があります。健康で長生きするためにフレイルについて理解を深めましょう。

日時：2026年9月18日（金）

①10:00～ ②11:00～（10分程度）

場所：1階総合案内ホール（再来受付機付近）

担当：がん化学療法看護認定看護師 森本寛子
認知症看護認定看護師 柳澤敏江