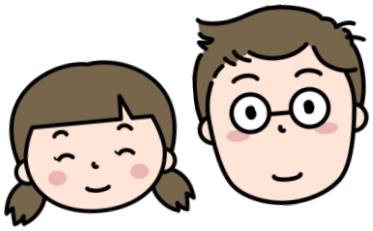
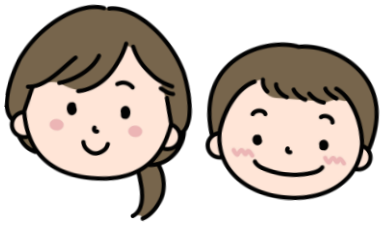


みんなで知ろう



フレイルとは…
介護が必要になる一歩手前の状態です！

防災とフレイル予防

地震や台風や大雨などの自然災害が多発しています。
もしもの時の必要なものは何か？それを持って避難できる身体であるか？
防災とフレイル予防について今考えてみませんか？

日時 9月15日（月） 10時～16時

会場 東広島芸術文化ホール　くらら
東広島市西条栄町7-19　2階　202,203会議室

参加費 無料

対象 どなたでも！(予約不要)

内容
- フレイルチェックしてみよう！
- 体験しよう！防災グッズ
  選んでみよう　背負ってみよう
- 防災食展示
- お子さんも楽しめる　子ども縁日

企画・主催
東広島市認定フレイル予防アドバイザー※
フレアドの会

お問い合わせ　東広島市社会福祉協議会内　担当　梶永
☎ 082－423－2800

同時開催！
西条地区敬老会

※東広島市が認定した、フレイル予防に関するアドバイスや情報提供を行うボランティアです。