

# check!



柏フレイル予防プロジェクト2025

健康に気を付けた  
食事を心がけて  
ますか？

お茶や汁物で  
咽ることが  
ありますか？

昨年と比べて外出  
の回数が減って  
いませんか？

何よりもまず  
物忘れが気にな  
りますか？

心身の衰えに早めに気づいて、健康長寿

# フレイルチェック!

第1回

6/26 (月)

13:00 ~ 14:40

旭町近隣センター多目的ホール

先着20名 (要申込み)



第2回

7/4 (火)

10:30 ~ 12:10

イオンモール柏センターコート

先着20名 (要申込み)



04-7147-8001

柏西口第2地域包括支援センター

QRコードで電話帳登録

