

すまいる！つながる！ふれいる予防

-フレイル予防講演会-

三 良 し

みよしの力で 防ごうフレイル！



こんな変化、ありませんか？

外に出るのが
少し億劫になった



食欲が減って
体重が落ちた



歩くのが
遅くなった



お茶や汁物で
むせることがある



それは「年のせい」ではなく、**フレイル** のサインかもしれません
フレイル予防研究の第一人者である飯島勝矢氏から
フレイルとその予防方法について楽しくお伝えします！

日時 2026年
3月18日(水) 14:30 - 16:30

会場 藤久保公民館 多目的ホール

対象 20歳以上の町民

定員 100名（申込順）

費用 参加費無料

講師紹介

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

飯島 勝矢 教授



東京大学医学系研究科加齢医学講座講師、米国スタンフォード大学医学部研究員を経て、2016年より東京大学高齢社会総合研究機構教授、2020年より同研究機構教授・機構長、および未来ビジョン研究センター教授。

お申し込み・お問い合わせ

三芳町役場 健康増進課 健康推進担当

TEL/049-258-0019 FAX/049-274-1051

※FAXの場合は①講座名、②氏名、③生年月日、④住所、⑤電話番号を記載

要申込
3月11日(水)締切

申
ネ
ット
込
み

