

# まほろば秦野通信

令和7年10月8日

タイトル		フレイル予防イベント 地域みんなでフレイル予防	
When (いつ)		10月15日（水曜日）午前10時～午後2時	
Where (どこで)		イオン秦野店本館2階 未来屋書店前イベントスペース (所在地：秦野市入船町12-1)	
Who (だれが)		◇市高齢介護課 ◇フレイルサポーター ◇東京大学高齢社会総合研究機構 飯島 勝矢 機構長 ※フレイルサポーターとは、フレイルを予防・改善する活動を地域で支える市民ボランティアのことです。	
What (なにを)		イオン秦野店、東京大学高齢社会総合研究機構との協働でフレイル予防の重要性についてのパネル展示や体験イベントを実施し、普及啓発を行います。	
How (どのように)		◇フレイル予防のパネル展示とリーフレットを配架します。 ◇簡単エクササイズの体験、簡易フレイルチェックの体験、タブレットを用いた口腔機能のチェックやたんばく質摂取量のチェックが体験できます。	
Why (なぜ)		フレイルとは、心身の活力が低下し、要介護状態になる一歩手前の段階ですが、元に戻せる特徴があり、適切な介入をすることにより生活機能の維持・向上を図ることができると考えられています。そのため、高齢者自身がフレイルの兆候に気づき、予防行動をとることで要介護状態への移行を防ぐことが重要です。 秦野市においても高齢化が進む中で、フレイル予防の重要性を啓発しています。	
過去の実績		令和3年度よりフレイル予防推進活動に取り組んでいます。	
今後の取り組み		イオン秦野店内において、偶数月にパネル展示またはイベントを実施する予定です。	
取材 対 応	撮 影	写 真	動 画
		<input checked="" type="checkbox"/> 可 ・ 否	<input checked="" type="checkbox"/> 可 ・ 否
	インタビュー 対応者	よみがな ふくい ちえこ	肩書 学年 クラス等
		氏名 福井 智恵子	高齢介護課 主任栄養士
制限内容や 注意事項			
問い合わせ (当日の担当者)		高齢介護課 地域包括ケア担当：福井 電話：0463（82）7394	