

# 回 覧

令和7年4月15日  
町会長 上條 泰  
体育部長 前田 和子

## 令和7年度 フレイル健診・予防講座について

陽春の候、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

松本市保健所健康づくり課より、標記の件につき案内がありましたので、下記日程にて開催してまいります。

フレイルとは、加齢や疾患によって、身体的・精神的なさまざまな機能が徐々に衰え、心身のストレスに脆弱になった状態の事を言います。

いつまでも健康を維持し生活していくためにも、是非受講をお勧めします。

### 記

#### 1. 実施日程

##### ①フレイル健診

令和7年6月7日（土） 午前10時～11時30分

##### ②フレイル予防講座

令和7年9月6日（土） 午前10時～11時30分

#### 2. 会場

神田公民館 大会議室

#### 3. 参加費

参加費は無料です。お気軽にご参加下さい。

多勢の皆さんの受講をお待ちしております。

宜しく願い申し上げます。

以上