

【フレイル紹介】

フレイル予防で健康長寿

平成30年度フレイルチェック講座予定

実施場所	実施日	曜日	実施時間	予定人数	主催者 (電話番号)
新田原近隣センター	平成30年4月18日	水曜日	午前9時30分～11時30分	20	柏東口地域包括支援センター 04-7168-7070
西原近隣センター	平成30年4月25日	水曜日	午前9時30分～11時30分	30	柏北部地域包括支援センター 04-7140-8818
ひまわりプラザ (沼南近隣センター)	平成30年5月22日	火曜日	午前9時30分～11時30分	30	沼南地域包括支援センター 04-7190-1900
高柳近隣センター	平成30年5月25日	金曜日	午前9時30分～11時30分	30	沼南地域包括支援センター 04-7190-1900

【サポーター活動紹介】

かしわフレイル予防サポーター

テレビで取り上げられました！

柏市のフレイルチェックが、平成30年2月1日放映のテレビ東京「主治医が見つかる診療所」で取り上げられました！

「オーラルフレイル」をテーマとした回だったので、口腔機能のチェックを中心に取材。滑舌を測定する様子などが撮影され、また測定を担当していたサポーターの松本さんもインタビューを受けていました。



滑舌を測定する松本さん

「赤が青になりました！」

放映はされませんでしたでしたが、インタビューを受けていた参加者の女性にお話を伺うと、以前、フレイルチェックを受けた時には滑舌の項目は赤シール（フレイルの兆候がある）だったとのこと。

そのため、早口言葉を練習するようになったところ、今回は数値が上がり、青シールになったそうです。

頑張れば健康な状態に戻ることができる、これがフレイルの特徴です。フレイルチェックで早期に衰えに気づき、改善に努めていただけたらと思います。



インタビューの様子

【ツイッター】

柏フレイル予防プロジェクト2025
@FrailStop

◆フレイル予防のために（社会参加）◆社会参加が減ることは、フレイルの入口と言われます。出かける場所がない方は、お住まいの地域で顔見知りを作り、時々会話をしてみたいかがでしょうか。まずは気軽に、町会・自治会やふるさと協議会のイベントに参加してみましよう。sites.google.com/site/furukyo/

20:10 - 2018年3月11日

2件のリツイート 3件のいいね

柏フレイル予防プロジェクト2025
@FrailStop

◆テレビに取り上げられました！◆先日放映されたテレビ東京「主治医が見つかる診療所」で柏市のフレイルチェックの様子が紹介されました！撮影時の様子をHPに掲載したので、ぜひご覧ください。city.kashiwa.lg.jp/soshiki/061400...

17:16 - 2018年2月12日

3件のリツイート 5件のいいね