

第270回

# ほろ酔い勉強会

あなたは大丈夫？！

2025

1/29(水)

14:00~15:30

【会場】

諏訪中央病院  
講堂

予約不要  
入場無料

## 気づかずに進む 「フレイル」 の危険とは



【講師】

みのだ まさひろ  
衰田 正祐 医師

当院内科系診療部長補佐 兼  
リウマチ・膠原病内科部長 兼  
経営戦略室副室長

これまでできていたことを「おっくう」と感じたり、やらなくなっていたりしませんか？

- ① 疲れやすい
- ② 体重が減る
- ③ 歩行速度が落ちた
- ④ 握力が弱い
- ⑤ 骨折した など。

思い当ることがあったら、フレイルが始まっているのかも。

フレイルとは、要介護になる手前の状態：大丈夫と思っている今こそ対策の時！この勉強会をきっかけに虚弱から健康へ、逆転の舵を切りましょう。

ご来院の際はマスク着用をお願いいたします

お問合せ先：諏訪中央病院 広報調整係 0266-72-1000 (内線1557)

病院ホームページ：www.suwachuo.jp 主催：諏訪中央病院