

筋肉、衰えていませんか？

フレイル予防イベント

【日時】 12月 9日（月）

10:00~17:00

参加費
無料

**予約
不要**

【会場】 日本調剤 ユーカリ薬局
健康チェックステーション

フレイルとは、筋力や活力が衰え、心身が弱くなった状態のことです

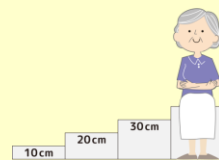
あてはまるものはないですか？

- 最近、食事量が減った
- 疲れやすくなった
- 足が細くなった
- 歩くのが遅くなった
- ピンなどのふたが開けにくい

こんなチェックをします



握力測定



立ち上がりBOX

お食事や
運動などのご相談は
管理栄養士が
担当いたします

お気軽に
ご参加ください！



日本調剤 ユーカリ薬局

〒285-0858
千葉県佐倉市ユーカリが丘4-1-1 ウェストタワー2階

電話番号 : 043-463-1601

FAX番号 : 043-463-1603

定休日 : 日・祝日

営業時間 : 9:00~19:00

