

すまいるカフェだより



～2023年9月号 VOL.40～ 地域連携支援室

9/12(火)メディカルサロンすまいるを開催いたしました。
管理栄養士による食事とフレイル予防について動画を用
いて講和を頂き、その後、理学療法士より頭と体を使った
リハビリを行いました。



出典：食べて元気にフレイルを予防するために（厚生労働省）

(<https://www.mhlw.go.jp/content/000620862.mp4>)

次回は 10/17(火)予定です。