

第75回

健康サポート相談会

フレイル予防!

フレイル予防ミニ健康講座

参加費
無料

日時：2026年3月3日（火）

9：30 開場（受付開始）

10：00 講演

※約1時間～1時間半程度
を予定しております

場所：ふたば薬局本店2Fみなまき会議室

定員：20人

当日はマスク着用でご参加ください♪



横浜市令和7年度身近な地域で行うフレイル予防普及啓発等（一体的実施分）事業
委託者：一般財団法人横浜市薬剤師会

✓ 内容

薬剤師によるフレイル予防の話

栄養士によるおいしく食べてフレイル予防の話

フレイルセルフチェック

指輪っかテスト

握力測定

フレイルセルフチェック

指輪っかテストは
講演会内で行います！



ふたば薬局のホームページでも予定に関するご案内を行っております！



<http://futaba-mituba.com/>

●コロナウイルス感染状況等事情により
予定や内容の変更・中止の場合がござ
います。また、密を避けるため人数
制限をする場合がございます。
予めご了承ください。

健康サポート相談会の様子が
YOUTUBEでご覧いただける
ようになりました！



ふたば薬局

☎045-365-5037

🌐 <https://youtu.be/2JkOHjwCetgsi=y24TuYkOXqjXu3js>