

# 桜咲く会カフェ

令和6年8月7日に桜町公民館にお伺いし、桜咲く会カフェ桜桃花に参加しました。当院からは精神科認定看護師より『フレイル予防について』の講義を行いました。フレイルとは“虚弱な”という意味で、介護を要する状態の一步手前の状態です。日常生活の中でフレイル予防を意識していつまでも元気に過ごしましょう。

今回は9名の方が参加されました。

ありがとうございました！



茶話会にて手作り  
ケーキがふるまわ  
れました

皆でボイス相撲  
をして盛り上が  
りました！

