

今日からたのしく

# フレイル 予防



## contents

|    |                 |    |              |
|----|-----------------|----|--------------|
| 02 | 今日からたのしくフレイル予防  | 06 | あしやインフォメーション |
| 04 | あしや健康ポイント 2022  | 08 | イベント         |
| 05 | ピックアップニュース      | 10 | 暮らし・市民のひろば   |
|    | 新型コロナワクチン接種のご案内 | 14 | 子ども・子育て      |
|    |                 | 15 | 生活・健康        |