

フレイルについて学んでみませんか？

栃木県



カゴメ株式会社

人生100年

# フレイル予防セミナー

フレイルという言葉は聞いたことがありますか？  
フレイル予防について、カゴメ「管理栄養士ラボ(R)」の  
動画を見ながら楽しく学んでみましょう！



Youtubeにて動画配信します！



配信  
期間

2021.10月5日(火) ~ 12日(火)

視聴  
方法

## 動画配信形式

メールに記載のURL又は右の  
QRコードからアクセスしてください



## フレイルって？

フレイルとは、加齢に伴い心身の活力が低下してきた「健康」と「要介護」の中間の虚弱状態をいいます。

早い時期に予防や治療を行えば、より健康な状態に戻すことが可能です。

早いうちに気付くことで、心身の活力低下を防ぎましょう。

栄養+口腔

運動

社会参加



●カゴメ「野菜と生活 管理栄養士ラボ(R)」とは  
カゴメの管理栄養士によるプロジェクトチームです。

野菜の研究活動で培った知識やメニュー提案経験を活かし、「食と健康」に関するコンテンツを日々開発・提案しています。  
キーワードは、「Happy Wellness♪」  
(楽しく健康に♪)です。