

一般社団法人 大阪市港区薬剤師会報告書

内容	介護予防教室(なにわ元気塾)	
主催団体	港区社会福祉協議会	
日時	令和8年2月12日 13時30分～ 約1時間	
場所	市岡元町老人憩の家	
報告者	うしお薬局弁天町	鮫島 敦子
出席者	うしお薬局弁天町	鮫島 敦子
薬剤師会へ 報告事項	出席者：約10名 フレイルと認知症の予防をテーマに、 ・フレイルについて ・日常生活における注意や予防について ・運動について の話をしました。 また、家でもできる手遊びや座ってできる簡単な ストレッチを紹介しました。	
備考欄		