

フレ〜フレ〜!  
フレイル予防!

## 横浜市フレイル予防イベント

ショッピングセンター

## @イオン天王町SC 開催!!

横浜市・イオンリテール(株)・大塚製薬(株)・(公財)横浜市スポーツ協会による  
フレイル予防のイベントを実施します!

×



×



×

公益財団法人  
横浜市スポーツ協会  
YOKOHAMA SPORT ASSOCIATION

横浜市では、市民の皆様が積極的に介護予防や健康づくりに取り組み、健康で自立した生活を送ることができるよう、「フレ〜フレ〜フレイル予防!」を愛称に、フレイル<sup>※</sup>予防の推進に取り組んでいます。

このたび、イオンリテール(株)・大塚製薬(株)・(公財)横浜市スポーツ協会と連携し、フレイル予防イベントを開催します。フレイルの自己チェックや運動・食事・お口のケア等の予防策を、お買い物やお食事のついでに、楽しく体験できます!ぜひご参加ください。

※フレイル…高齢期に体力や気力、認知機能など、からだところの機能が低下し、将来介護が必要になる危険性が高くなっている状態

日時 令和6年3月27日(水)10時~15時

申込不要・入場無料

場所 イオン天王町ショッピングセンター  
(横浜市保土ヶ谷区川辺町3-5)  
1階 天王町商店街側入口すぐ数量  
限定参加者には、  
素敵なプレゼントを  
ご用意しています。

## 実施内容

- ・フレイルチェックリストをやってみよう!(横浜市)
- ・たんぱく質の摂取率チェック(イオンリテール(株)※協力:キューピー(株))
- ・噛む能力チェック・「パ」「タ」「カ」で、お口の機能チェック  
(イオンリテール(株) ※協力:、(株)ロッテ、サンスター(株))
- ・栄養バランスの上手な取り方 アドバイス(大塚製薬(株))
- ・買物ついでにからだチェック! ~姿勢測定・握力測定~  
(公財)横浜市スポーツ協会 ※協力:(株)マクニカ)
- ・からだ測定会(水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪等を測定)  
(イオンリテール(株)、イオンスポーツクラブ3FIT)(先着50名)



姿勢測定の様子

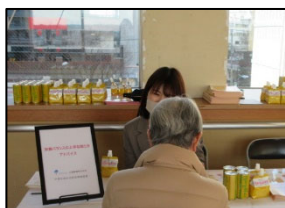
▽詳細は横浜市HPへ

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/fukushi-kaigo/koreisha-kaigo/kaigoyobo-kenkoudukuri-ikigai/kaigoyobo-kenkoudukuri/kaigoyobou-ivent.html>

裏面あり

### 「横浜市と各企業等とのフレイル予防に関する連携について」

横浜市は、イオン株式会社様と相互の連携を強化し、横浜における市民サービスの向上と地域の一層の活性化に資するため、平成24年度より「包括連携協定」を締結しています。協定では、「健康づくり・食育に関すること」、「高齢者・障害者支援に関すること」などについて連携し協力することが盛り込まれており、本イベントはこの協定に基づき、令和4年度にイオン株式会社様・イオンリテール株式会社様から開催のご提案をいただき、横浜市でもフレイル予防の取組の推進をしていたことから、両者の合意により開催に至りました。イオンリテール株式会社様の店舗を活用してのフレイル予防のイベントは、今回で4回目となります。



また、大塚製薬株式会社様とは、双方の保有する資源を有効に活用することにより、市民及び市内事業所従業員等の健康増進の取組を推進するため、令和2年度より「市民の健康増進等に係る包括的連携に関する協定書」を締結し、「市民の健康づくりの推進に関する事項」などについて連携・協力して実施することとしています。

本イベントをイオン株式会社様・イオンリテール株式会社様と企画するにあたり、横浜市が大塚製薬株式会社様及び横浜市の介護予防事業に以前よりご協力いただいている公益財団法人横浜市スポーツ協会様に共同実施の協力を依頼し、実施に至りました。

※写真は以前実施したイベントのもので

### 「取材について」

ご取材いただける場合は、直接現地にお越し下さい。なお、通路を使用したイベントになりますのでお客様の通行の妨げにならないようご注意下さい。

お問合せ先
健康福祉局地域包括ケア推進課長 岩井 一芳 Tel 045-671-2439