

# フレイル/サルコペニア検診 (FS検診)のお知らせ



## 全ては寝たきりと入院防止のため

フレイル(虚弱)は加齢により心と体が衰えた状態を指します。その大きな原因はサルコペニア(=体の筋肉が減ること)にあります。サルコペニアは日々の努力で改善することができます。治療の入り口はサルコペニアをみつけることから。FS検診ではサルコペニアの**無料**検診を行っています。

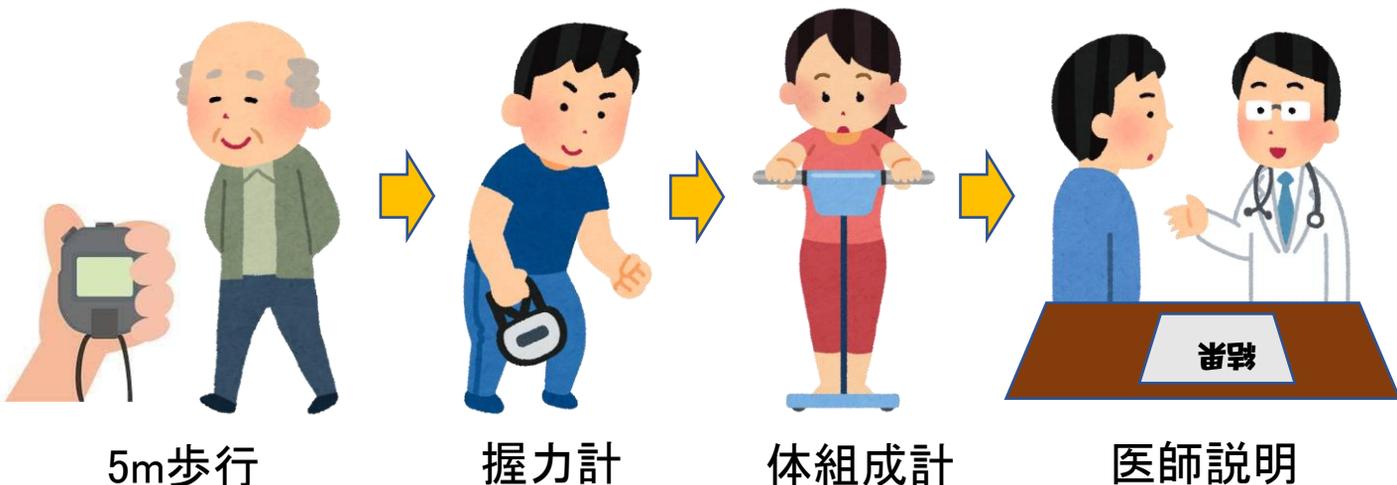
【日程】 2021年3月10日(水), 24日(水)

【時間】 いずれも午後3時から5時

【場所】 永平寺町立在宅訪問診療所 (予約:0776-61-7500)

【対象】 70歳以上の高齢者 (各日20名まで)

【内容】 歩行速度・握力測定→筋肉量測定→結果説明



近年の研究で、サルコペニアのある高齢者は寝たきりになりやすく、入院が多く、病気が治りにくいことが分かっています。