

# せきぜん便り 第197号

令和3年7月1日 発行

編集・発行

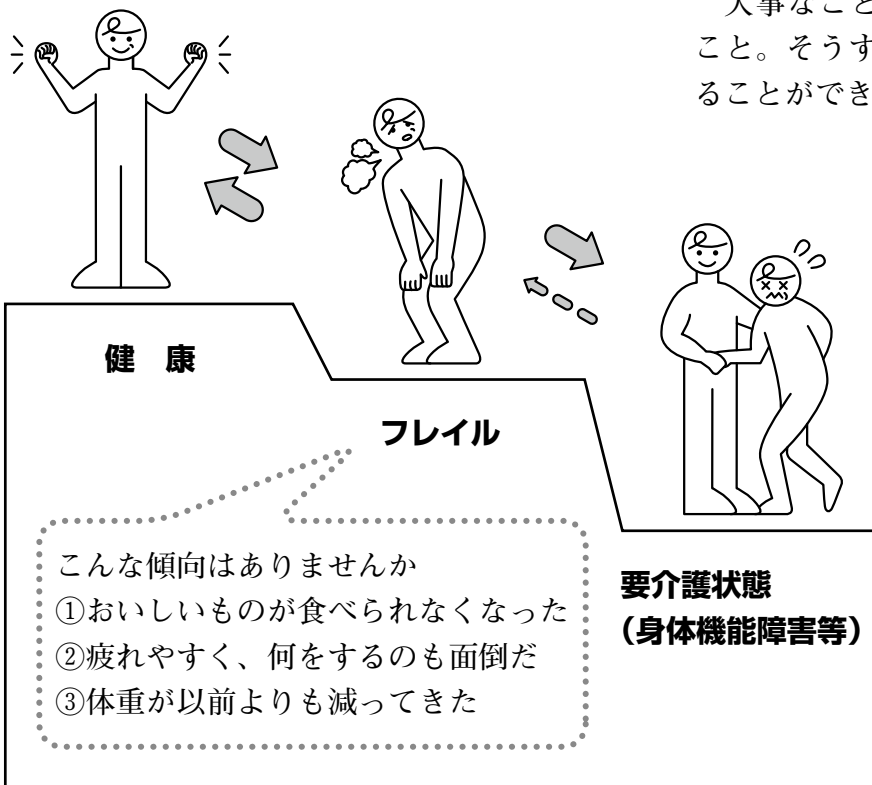
関前支所

今治市関前岡村甲732番地  
TEL 0897-88-2111  
FAX 0897-88-2350

## もしかして「フレイル」?

「フレイル」とは、年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を指します。そのまま放置すると、要介護状態になる可能性があります。

大事なことは、早めに気づいて、適切な取組を行うこと。そうすれば、フレイルの進行を防ぎ、健康に戻ることができます。



## 海岸清掃にご協力ください

7月14日(水)、海岸清掃を行いますので、ご協力をお願いします。

日時 午前6時30分から  
場所 乗越海岸(現地集合)  
問合先 関前支所住民サービス課  
☎88-2111 FAX88-2350



## 予防の3つのポイント

栄養

身体活動

社会参加

## 健康相談にお越しください

日時	場所
7月7日(水) 午前10時~10時30分	小大下住民センター
14日(水) 午前10時~10時30分	岡村集会所
15日(木) 午前10時~10時30分	大下集会所

## ストレッチ教室(予約が必須です)

日時 7月28日(水) 午後2時~3時30分  
場所 関前開発総合センター

※マスク着用・水分補給のお茶を持参してください

問合先 関前支所住民サービス課 TEL88-2111 FAX88-2350

救急艇の要請は 119

## 関前地区の人の動き

(令和3年5月末現在・前月比)

地区	男	女	計	世帯数
岡村	124	158	282	189
小大下	9	13	22	17
大下	24	34	58	37
合計	157	205	362	243
前月比	減1	減1	減2	減2