

栄養(+口腔)+運動+社会参加でフレイル予防

2月1日は
フレイルの日

フレイル予防で健康長寿キャンペーン ■期間:2月1日(火)~28日(月)

フレイルとは

- 加齢に伴う心身の衰えをフレイル（虚弱）といいます。



キャンペーンの狙い

- フレイル予防の認知度向上



高齢世代

- ・フレイル予防に取り組んでみよう



働く世代

- ・両親、祖父母に話してみよう
- ・退職後に向けて意識しよう

実施主体

健康長寿とちぎづくり推進県民会議

栃木県・市町

連携

団体・企業（※396団体）

（人生100年フレイル予防プロジェクト参加団体）

※令和4年1月19日現在

キャンペーン内容

- (1) 県民会議会員による情報発信



- ポスター
- リーフレット



・団体・企業の社内、店舗への掲示

- (2) リツイートキャンペーンの実施



#家族に伝えよう

指定ツイートをリツイートした方から抽選で10名に健康長寿とちぎづくり応援企業提供賞品(1,500円相当)をプレゼント

栃木県健康増進課
公式アカウント

健康長寿とちぎ@tochigi_kenko



- (3) 各種メディアでの発信



県政ひとくちメモ
2月3日(木)18:25~
(イブ6プラス番組内)

・キャンペーン期間内はテレビCMを配信



県政ナビ 2月5日(土)11:00~

- (4) キャンペーンメニューの提供



栃木県庁生協食堂



※写真はイメージです

・多品目を含む鍋メニューの提供