

るるんこ

ひよみっちゃん



大泉学園 翔洋会を行く フレイルチェックの巻





フッ...
完璧だね

フランスの魂を直ぐ随まで
染み込ませた木々だけが
この味を完成
させられる...

12時15分の
ラ・マルセイエイヌ
と共にドームへス
解き放ち
フランスが重なる
自由平等友愛の
精神を体感して
もらうべく
トリコロールの
光で包み込む

まあっ
バン
バン
バン

あっ
八
バン

そう...
ミツバチは...
ナホレオン
象徴...

限りなく
誇り高い
デリケート
でセンチメン
たなほき物

天才?
チコロールの
木というものは
あたかも
この木のように

あ人は私の事を
あれこれ言うか
まあ控へ目に
さすかは
ジャンピエリ

変人?のやっ...
まあいいや...

クズッ
ホッ

すすこいね
（わけわからんけど）

常に
感覚を
研ぎすまし

きゃっ

キャーッ

ドスッ

我が子のように
片時も目を
離さずに
見守り

全神経を
集中させて
彼等の心の声を

大ホ友!
すぐ病院へ
行きましょう

いた...
立ちない
かも

あっ
おちちゃったよ
びっくりして

大丈夫?
おち...
立ってる。

イタタタ
足が...
...

あー
びっくりした
ホ

するの大切...

この向の
オレンジカフェめぶぎ
で聞いたわ

フレイルって
知っていますか

ほう

健康と
介護の中間の
時期ですのね

フレイル
チェック

オレンジカフェ
めぶぎの巻参照

どうも
ありがとうございます
ございました

ママに
つかまっこね

あーっ
フレイル!!

フレイル
チェック

② 辻クリニック

一週向もすれば
良くなりますよ

よかった

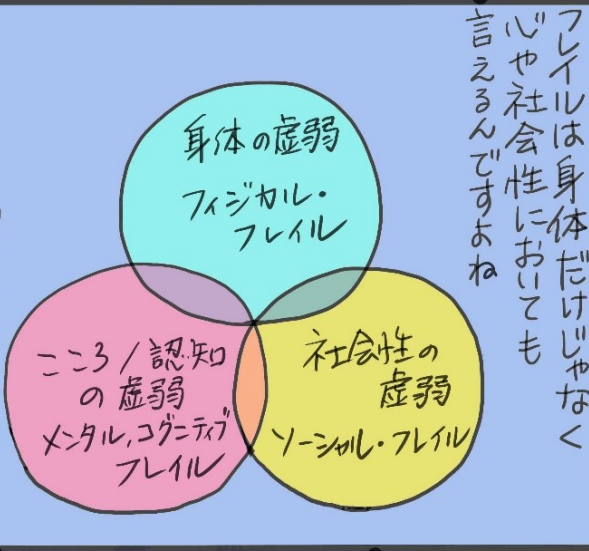
軽いねんごですな

完璧だ
おお

フッフ

習って来た
ばかり
だもんね

3つのバランスが崩れると
負のサイクルに陥って
介護が必要となり
寝たきりになりかねない

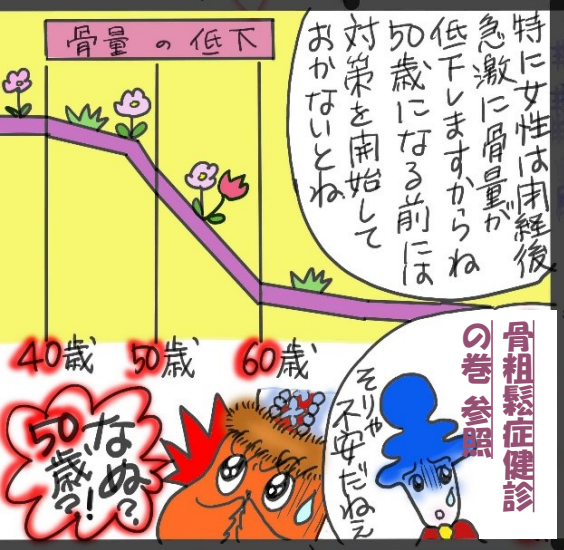


カフェめぶぎへ
行ったんだね
あそこ面白い
でしょう

はいっ♡

お嬢さん

僕もよく
あそびに
行くんだよ



どう過ごすかで
人生が決まる...

とは言え
当分の間
私には関係ないな

フレイルの時期は
いわば人生の分かれ道
ここを
どう過ごすかで
後の人生が
決まるんだよ

ただね、フレイルは
早く気付いて
正しく対策を行えば
元の健康な状態に
戻れるんだ

フレイルの基準には
5項目あってね
3項目以上当てはまると
フレイル
1か2項目で
その手前の
プレフレイルと
判断するんです

ちなみに
どんな問診なんですか
知りたい!

やってみる?

うちでは
こういう問診で
フレイルの方を
見つけ出して
健康な状態に
戻すお手伝いを
させていたいで
いるんですよ

あんまり当分じゃ
なかった...

トホホ

そう
すげえよ

ガクーン

③ 歩行速度の低下



② 何をしても面倒と週3-4日以上感じる



① 6か月で2kg以上の(意図しない)体重減少



この1年間で
転んだことがありますか

半年前にくらべて
かたいものが食べにくいとか

今日が何月何日か
わからないことがありますか

