

Contents - 主な内容 -

- TOWN INFORMATION……P5
- 人権問題を考える……P10
- 町立図書館へ行こう！……P12
- MY TOWN TOPICS……P25



特集

## フレイル予防で健康長寿

介護予防教室や地域の公民館などに出向き、参加者と共に健康体操や脳活性化トレーニングで活躍する介護予防サポーターの皆さん。今回の特集では、広川町で行われている教室や要介護状態を防ぐ鍵となる「フレイル予防」についてご紹介します。