

令和6年度 フレイル予防川柳

投稿作品



運動と 散歩しながら 腹を見る
これからだ フレイル予防 さあ元気
ゆびわっか ふくらはぎと くらべっこ
食眠歩 規則正しく 健康長寿
お散歩も 立派なフレイル 予防策
最初は グ-ではないよ 予防だよ
お喋りで オーラルフレイル 防ごうね
ウォーキング すればフレイル 逃げていく

カトウさん
あかね
かずちゃん
英治秀人
健太郎
夕焼け空
レイ
レイ

毎日の 三食気配り 健康体
親友の 支えて長寿に 80代
成人病 父の体質 遺伝知る
ストレスが 全ての素と 再確認
ささやかな 趣味で蕉しの 時間増え
恐がらず みつきに一度の 採血を
新しい 出会いて続く 散歩かな
満たされた 水分補給で 憂いなし
健康体 水分補給が 大本命
長寿命 支えの柱だ 水分が

タッチン(以下同じ)

フレイルの 意味が分かれば 大丈夫
5項目 つづけて今日も ご機嫌さん
さあ今日も 老衰予防 超多忙
頑張れば なぜか嬉しい フレイル予防
ヨイショっと 掛け声増える フレイル予防
よく食べる よく寝る動く 気も若い

花咲か爺さん(以下同じ)

皆とやる 趣味は楽しく 長続き
いい趣味で 心と体 若返る
よく使う 心と体 歳とらず
健康は いい趣味いい友 いい家族
趣味作り 仲間と励み 老い防止
脳と筋 使う人程 老い知らず
フレイルの 予防で皆の 負担減す
籠らずに よく寝よく食べ よく動き

鶴の長命(以下同じ)

未病予防 いい趣味 いい汗 いい食事
フレイルの 予防にいい汗 いい食事
フレイルに いい友 いい汗 いい食事
フレイルに よく効く趣味と いい運動
フレイルの 予防に心身 使う趣味
いい趣味は 生き甲斐 健康 友つくる
健康は 運動会話 腹八分
脳と筋 使う趣味にて 老い知らず
よく動き 歯磨きお喋り 腹八分

風月(以下同じ)

