

第5回 ベルアンサンプル市民公開講座

テーマ

『筋力低下と虚弱を防ぐ

サルコペニア・フレイル予防について』

高齢になると多くの方は、健常な状態から筋力が衰える「サルコペニア」という状態を経て、さらに生活機能全般が衰える「フレイル」となり介護が必要な状態になっていきます。

今回は、サルコペニア・フレイルの仕組みや予防についてわかりやすく解説する講座です。

早期から予防に取り組み、健康寿命をのばしましょう。



当日は体操もします。
少し動きやすい服装でお越しください！

【講師】

森ノ宮医療大学

保健医療学部 理学療法学科 大学院 保健医療学研究科

学科長 三木屋良輔 先生

理学療法士

2001：ベルランド総合病院 リハビリテーション科

2007：森ノ宮医療大学 保健医療学部 理学療法学科～現在に至る

2010：大阪市立大学大学院 医学研究科 医科学専攻修士課程卒業



【日時】平成30年1月20日（土）14時～16時

【会場】ベルアンサンプル1F エントランスホール

（堺市西区菱木1-2343-11）

●申し込み

裏面用紙でFAXまたは
下記までお電話して下さい

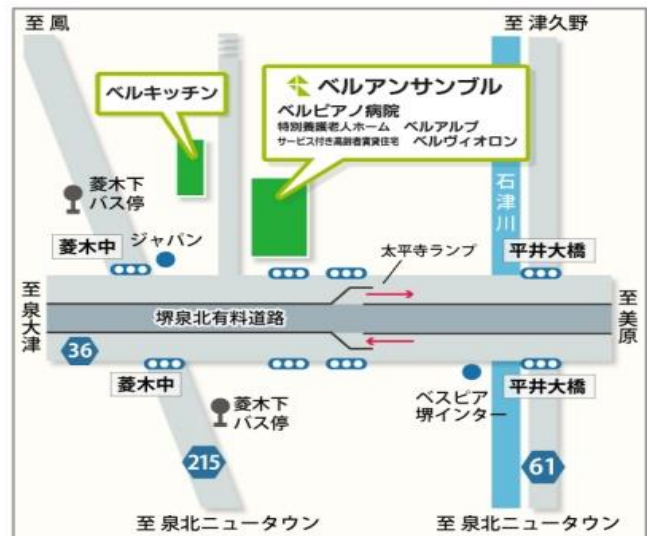
●定員150名（先着順）

☆入場無料

【問い合わせ】

ベルピアノ病院

TEL：072-349-6721



送信 F A X 番号
072-349-6709

締め切り：1月10日

1月20日（土）ベルアンサンプル市民公開講座
「筋力低下と虚弱を防ぐ
～サルコペニア・フレイル予防について～」

参加者氏名	一般または職種

ご連絡先電話番号

【 】

事業所の方は事業所名をご記入ください

事業所名 【 】

※定員を超過した場合のみご連絡させていただきます

※ご記入頂きました個人情報は、市民公開講座以外の目的では使用いたしません。