

MSG・ミズノグループ 自主事業

いつまでも、元気で、生き生きとスポーツを楽しむために！

帖佐悦男氏

（潤和会記念病院 総合リハビリテーションセンター長
宮崎大学 名誉教授）

『ロコモ予防 市民講座』

～現在のロコモの状態や、今後の予防策について～



ロコモティブシンドロームの権威、宮崎大学医学部附属病院
コミュニティ・メディカルセンター 特別教授 帖佐氏による
『ロコモ予防講座』を行います。

ロコモとは、運動器症候群のことで、足腰が痛いなど関節や
筋肉などの障害のために、移動機能が低下した状態のこと
です。

進行すると介護が必要になる危険性が高くなります。

帖佐氏に、現在のロコモの状態や、今後の予防策について
講演いただきます。

入 場
無 料

日 程

2025年 12月4日（木）

時 間

11:30～13:00（受付 11:00～）

会 場

宮崎市生目の杜運動公園

アイビースタジアム 大会議室

講 師

帖佐 悦男（潤和会記念病院 総合リハビリテーションセンター長
宮崎大学 名誉教授）

定 員

30名（先着順とさせていただきます）

講座内容

- ・運動器とは
- ・介護の状況は
- ・ロコモ予防（体操）
- ・ロコモティブシンドロームとは
- ・質疑応答

ご予約・お問い合わせ：宮崎市生目の杜運動公園 管理事務所

TEL 0985-47-6222

FAX 0985-47-6300

住所 〒880-2101 宮崎市大字跡江4461-1



お申込は、お電話かFAXでお願いいたします

TEL:0985-47-6222

FAX:0985-47-6300

参加申込書

ご記入日 年 月 日

フリガナ		性別（男・女）
お名前		年齢 歳
フリガナ		
ご住所	〒	
自宅電話		携帯電話

講座を知ったきっかけ

☐ ホームページ

☐ DM

☐ チラシ

☐ 知人・友人からの紹介

☐ 以前にも利用した

☐ その他（

）

