

知っていますか？

フレイル と ロコモ

～ハチマルGOを目指そう！～

令和4年

8月20日(土)

開催 13:00～14:00

◆会場：るもい健康の駅 ◆定員：22名(要・事前予約)

いつまでも元気に生き生きと、すべての人の願いです。その願いに向けて日本医学会は今年ハチマルGOを目指そう！という言葉を発表しました。元気一杯の80歳を目指す取り組みです。これに立ちふさがるのがフレイルとロコモです。体と心と社会のつながりが薄れるとフレイルの心配が増えます。長年使い続けた運動器の“勤務”疲労はロコモが心配です。このふたつ、お互いが原因となり結果となることもあるんです。正しくフレイルとロコモを学び、皆でハチマルGOを目指しましょう！

講師

医療法人札幌円山整形外科
札幌琴似整形外科 骨粗鬆症センター長

高田 潤一 氏

お問合せ・お申込み



TEL43-8121

るもい健康の駅

検索



共催：札幌骨を守る会・NPO法人るもいコホートピア

後援：公益社団法人 骨粗鬆症財団