

2024年度 帝塚山学院大学公開講座

『自分で出来る身近な健康管理 ～ロコモティブ・シンドロームを中心に～』

運動器の障害によって移動機能が低下した状態をさすロコモティブシンドローム（ロコモ）は、要介護になる最も大きな原因といわれています。ロコモについて正しい知識を身に着けるとともに、ロコモの前段階とされるフレイルを予防していきましょう。



第1回 11月6日（水）13時40分～15時20分

『「ロコモ」の病態生理』

講師：食環境学部 細川 雅也 教授

第2回 11月13日（水）13時40分～15時20分

『食事で身体フレイルを予防する～「ロコモ」にならない食生活～ 講義編』

講師：食環境学部 鈴木 利雄 教授

第3回 11月20日（水）13時40分～15時20分

『食事で身体フレイルを予防する～「ロコモ」にならない食生活～ 実践編』

講師：食環境学部 勝川 路子 専任講師

【会場】 帝塚山学院大学泉ヶ丘キャンパス 6階 M603教室

【受講料】 1,800円（3回通し）

【申込期限】 2024年9月27日（金）消印有効

【申込方法】 電子メールまたは往復はがきに、①氏名（フリガナ）②郵便番号 ③住所 ④生年月日 ⑤電話番号 ⑥携帯電話番号 ⑦メールアドレス（※往復はがきにてお申し込みの場合のみ任意でご記入ください）を明記してお申し込みください。

往復はがきでお申し込みの場合、持参不可、申込1名につき1枚必要となります。

【申込先】 〒590-0113 堺市南区晴美台4-2-2 帝塚山学院大学 社会連携機構宛

申込メールアドレス：msk@tezuka-gu.ac.jp

【お問い合わせ先】 帝塚山学院大学 社会連携機構

TEL：072-247-4567 メールアドレス：msk@tezuka-gu.ac.jp

※ 応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。ご了承ください。

※ 受講が決定いたしましたら、受講料の振込先をお知らせします。

※ 入金確認後、受講票をお送りします。

※ 申込受理後、キャンセルする場合は速やかにご連絡ください。

※ 一旦、納入された受講料等の代金は、講座がやむをえず不開講になった場合などの特別な事情を除き、お返しできません。あらかじめご了承ください。