

公立阿伎留医療センター

市民公開講座

「最近、歩くのが遅くなった？」

「ペットボトルのフタが開けにくい？」

年齢のせいだけではないかもしれません。

今だから知っておきたい

「サルコペニア」の話

今話題の「サルコペニア」について分かりやすく解説します



講演内容

- ・サルコペニアとは何か
- ・受診の目安
- ・転びにくい体の使い方 など



講師

日本大学医学部
リハビリテーション医学分野
教授 **新見 昌央 先生**

2026

日時

7/24 (金) 15:30
~17:00

定員

50 名(申込制)

会場

公立阿伎留医療センター
地下1階 講堂

お申込み方法は裏面に

「サルコペニア」簡単チェックリスト

以下の項目に当てはまるものはありますか？

- 横断歩道を青信号のうちに渡りきれない
- 手すりがないと階段を上がれない
- この1年で体重が数キロ減った(ダイエットをしていないのに)
- 片足立ちで靴下が履けない

1つでも当てはまる方は、ぜひ本講座へご参加ください

お申し込み方法

「FAX」か「お電話」でお申し込みください

①FAXの場合：返信先042-559-5734

申込欄にご記入の上返信してください

公立阿伎留医療センター市民公開講座事務局 あて

申込欄

フリガナ		
お名前		ご年齢 歳
ご住所		
連絡先	ご自宅または携帯電話	

②お電話の場合：連絡先042-558-0321

担当 市民公開講座事務局 内線7262

申込欄の内容をお聞かせください