

# みやざき

# ロコモメイト養成講座

(旧：みやざきロコモサポーター)

みやざきロコモメイトとは、宮崎県在住・在勤されている方でロコモティブシンドローム(通称ロコモ)に関する正しい知識を持ち、自分自身そして家族や友人、職場・地域においてロコモ予防を呼びかける方々です。講座を受けて、みなさんもみやざきロコモメイトになりませんか？皆様のご参加をお待ちしております！

第4回	第5回	第6回
平成28年6月12日(日)	平成28年8月21日(日)	平成29年2月19日(日)

## 講座プログラム(120分)

- ①ロコモ基礎講座(座学)
  - ②ロコモ度テスト体験
  - ③ロコモーショントレーニング指導
- 動きやすい服装でお越しください。

## 定員/参加料

定員 / 限定70名  
参加料 / 無料

※定員に達した場合はお断りする場合がございます。予めご了承ください。

## 時間/場所

時間 / 各回 14:00 ~ 16:00  
場所 / 宮崎市保健所  
〒880-0879  
宮崎市宮崎駅東1丁目6番地2

## お申し込み方法

本紙裏面に必要事項を記入し、宮崎大学医学部整形外科学内ロコモ事務局までFAXまたはメールでお送りください。事務局で受付後、会場詳細地図や注意事項をお知らせします。

※平成28年度より、「みやざきロコモサポーター」を「みやざきロコモメイト」へ名称変更いたしました。これまでと同様、地域の皆様のロコモ予防に努めてまいりますので、今後ともご支援賜りますようお願い申し上げます。

宮崎大学医学部整形外科学内 ロコモ事務局

〒889-1692 宮崎市清武町木原 5200 TEL 0985-85-0986 FAX 0985-84-2931

共催：宮崎大学医学部整形外科  
宮崎市



宮崎大学  
University of Miyazaki



# ロコモメイト養成講座 参加申込用紙

記入日 年 月 日

参加回 ※希望の回に○	第4回 平成28年6月12日(日)	第5回 平成28年8月21日(日)	第6回 平成29年2月19日(日)			
ふりがな			性別	男	女	
氏名			<input checked="" type="checkbox"/>			
生年月日	(西暦)	年	月	日	年齢	歳
住所	〒					
電話番号	／ 自宅・携帯・勤務先					
メールアドレス	／ PC・携帯					
資格	(医療・運動指導などの資格をお持ちの方はご記入ください。)					

※FAX番号およびメールアドレスはお間違えの無いようご注意ください。

※お預かりした個人情報は、宮崎大学医学部整形外科学内 ロコモ事務局およびロコモチャレンジ！

推進協議会 ロコモメイト事務局が厳重に管理し、事務局からの連絡以外には使用いたしません。

※場合によってはテレビ・新聞等のメディアによる取材が入る可能性があります。予めご了承ください。

宮崎大学医学部整形外科学内 ロコモ事務局

FAX 0985-84-2931

MAIL [locomo@med.miyazaki-u.ac.jp](mailto:locomo@med.miyazaki-u.ac.jp)

受付時間 平日 9:00 ~ 17:00