

2024

みやざきロコモメイト 養成講座

宮崎県在住・在勤されている方で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を「みやざきロコモメイト」と言います。講座を受けて“ロコモメイト”になりませんか？

講座プログラム

- 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

開催日時 **2024年7月28日（日）**
10：00～12：00

定員 **30名（先着順）**

※定員になり次第、募集締め切りとさせていただきます

参加料 **無料**

場所 **宮崎市保健所 2F保健指導室1**
〒880-0879 宮崎市宮崎駅東1丁目6番地2

申し込み本紙裏面に必要事項を記入し、下記ロコモ事務局宛てに 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致します。

皆様のご参加
お待ちしております！



Dr.chosa

宮崎大学医学部整形外科学内 ロコモ事務局
TEL:0985-85-0986 / FAX:0985-84-2931
〒889-1692 宮崎市清武町木原 5200

