

健康寿命を延ばすために

ロコモ
フレイルへの
対策

アンチ
エイジング

心身の最適な状態を
維持するために

寝たきり予防
栄養・運動の
推奨

【オープニング】

日本整形外科学会理事長ビデオレター（5分）
公益社団法人 日本整形外科学会理事長
河野 博隆 先生

【講演1】

演題／100歳まで歩ける人の習慣
講師／愛媛大学病院抗加齢予防医療センター
伊賀瀬 道也 先生

【講演2】

演題／人工関節置換術のすべて
講師／愛媛大学整形外科 教授
高尾 正樹 先生

【講演3】

演題／今日から始めるロコモ予防！
～ロコモ度テストと
みんなでできる健康体操～
講師／愛媛県理学療法士会 武智 政公 PT

司会／平岡 律子
アナウンサー

2026
11/29日
13:00～16:00
いよてつ高島屋
ローズホール

参加費無料
受講者募集
先着
200名まで

【申し込み先・問い合わせ先】

愛媛県医師協同組合内 松本方志まで
電話：089-986-9978 FAX：089-993-7317