

健康寿命を伸ばし、健康で安全な社会生活を過ごすために

# アクティブエイジング 無料セミナー

先着  
4名様

## 「ロコモを予防しよう！」

平成29年 1月 12日・26日（木）

2月 16日 （木）

3月 2日・16日（木） 14:00 ~ 16:00

いずれか1つ  
ご都合の良い日をお選びください

場所：あべのハルカス21階 MedCity 21

### こんな疑問ありませんか？

最近良く聞く  
「ロコモ」って？

私の栄養素の  
過不足は？

私の筋肉と骨は  
まだまだ大丈夫？

ひとりでできる  
ロコモ予防法は？

大阪市立大学 生活科学研究科の栄養の専門家が直接サポート！

参加を希望される方は総合診療受付にお声掛けください

裏面もご覧下さい

