



市民公開講座



人生100年時代を支える 「貯筋」のすすめ

～握力・筋肉量測定 & 専門医と専門家によるミニ講演会～

健康寿命の鍵は筋肉を貯めること

参加
無料

2025年

11月9日 日 13:00～16:00

札幌医科大学講堂（札幌医科大学臨床教育研究棟1F）

札幌市中央区南1条西16丁目

講演内容

1. 健康寿命をのばすための専門医講演

札幌医科大学医学部
リハビリテーション医学講座 教授
梅本安則

2. 参加者の筋肉量測定・ロコモチェック

※希望者多数の場合は、先着順とさせていただきます。

3. 測定結果を見ながら

専門家がわかりやすく解説！

札幌医科大学保健医療学部理学療法学科
理学療法第一講座 准教授
井平光



お申し込みは二次元コード
またはファックスをご利用
ください

FAX: 011-618-5220



主催

日本リハビリテーション医学会
日本リハビリテーション医学会市民公開講座
北海道地区実行委員会

Faxお申し込み用紙

Fax: 011-618-5220

氏名: _____

年齢: _____

性別: ☐ 男性
☐ 女性
☐ その他

連絡先:
電話番号 _____

Fax番号 _____

筋肉量の測定を希望しますか？
(希望者多数の場合は、先着順とさせていただきます。)

- ☐ 測定を希望します
※ペースメーカーがある方は、筋肉量測定できません。
- ☐ 測定を希望しません

参加申し込みにあたり事務局にお伝えしたいことがあれば
ご記入ください。(例：車椅子、腰が痛い etc...)

※ご記入いただいた個人情報は、本アンケートの集計および分析の目的以外には使用いたしません。
回答内容は統計的に処理し、個人を特定できる形で公表・利用することは一切ございません。
取得した個人情報は、適切に管理し、目的達成後は速やかに廃棄いたします。