

参加費
無料

目黒区医師会 第16回 区民セミナー

聞くだけで健康になれる運動の話



? 運動って
ガンや認知症、
寝たきり予防に
なるって本当?



? 時間がない
面倒くさがりの
私にもできるの?



? 運動って何を
どれくらい
やったらいいの?



? 運動で本当に
痩せることが
できるの?

皆様の運動に関する日頃のギモンにお答えします!

10.22

日時：平成28年 10月 22日(土) 午後2時～4時

場所：目黒区医師会館 3階講堂

定員：150名(定員を超過しても別室で聴講できますので、多数のご参加をお待ちしています) 希望者は直接会場へお越しください。

テーマ ● 聞くだけで健康になれる運動の話

講師 ● 田村好史先生

(順天堂大学医学部内科学代謝内分泌学講座准教授・スポーツ庁参与)

講演終了後、ご希望の方は専門医による個別相談が受けられます(午後3時15分～4時)

筆記用具は各自ご持参ください。

午後2時～2時15分 東京都相互理解のための対話促進支援事業

「病院・診療所の役割の違いと地域医療連携について」 目黒区医師会理事 村上幹高

目黒区医師会館 〒152-0004 目黒区鷹番 2-6-7 Tel.03-3714-2101

東急東横線学芸大学駅より徒歩約8分

主催 目黒区医師会 後援 目黒区



目黒区医師会館 〒152-0004 目黒区鷹番 2-6-7 TEL 03-3714-2101
東急東横線学芸大学駅より徒歩約8分
バス(東98・黒02・黒07系統)鷹番降車徒歩3分