

健康講座のご案内

『健康寿命について』

講師：左官弘和（しらかしくりニック院長）

深井利光（このは薬局管理薬剤師）



「健康寿命」という言葉をご存知ですか？

健康寿命とは、健康上の問題がなく自立した生活を送れる期間のことで、「平均寿命」とは異なります。現在、平均寿命と健康寿命の間には約10年の差があるとされており、問題視されています。

最近話題となっている「フレイル」「サルコペニア」などについても詳しく解説致します！



無料で筋肉量・体脂肪量の測定も行います！

日時

平成30年11月20日(火)

13:30 ~ 14:30

会場

しらかしくりニック 3階 会議室

〒634-0051

白檀町2丁目2211-1(Aコープ北に50m)

参加費

無料



当院へ通院されていない方でもご参加頂けます。
参加をご希望の方は事前にご予約いただきます
ようお願い致します。

(ご予約されていない方の当日参加も歓迎致します。)

【お問い合わせ】



(0744)-51-0801