

第78回

老年学公開講座

日時

平成16年10月28日(木)
午後1時15分～4時30分

知らなかった! 筋肉 の不思議

中高年からの暮らしに活かす筋トレ

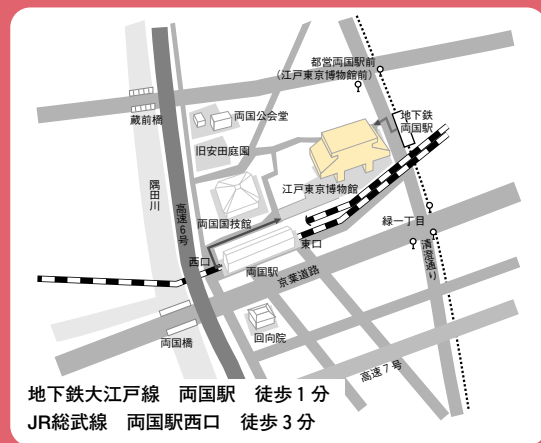
プログラム

- 1 知ってビックリ! 筋肉のしくみ
帝京大学医学部神経内科助教授
松村喜一郎
- 2 知らなかった! 筋肉の病気
東京都老人総合研究所 糖蛋白質研究グループリーダー
遠藤玉夫
- 3 実践! 誰でもできるらくらく筋トレ法
東京都老人総合研究所 介護予防緊急対策室
島田裕之

質疑応答 講師全員

司会 東京都老人総合研究所 遠藤玉夫

会場 江戸東京博物館ホール



地下鉄大江戸線 両国駅 徒歩1分
JR総武線 両国駅西口 徒歩3分

入場無料

申込不要

定員450名



手話通訳を同時に行います。

お問い合わせ



財団法人 東京都高齢者研究・福祉振興財団
東京都老人総合研究所

広報・普及担当

電話 03-3964-3241 内線3008
<http://www.tmig.or.jp>

主催/東京都老人総合研究所

共催/墨田区

後援/東京都江戸東京博物館

R100

高齢者100%再生紙を使用しています