

# 今日からできるフレイル対策を学ぼう

～ 2020 ～

事前申込制**無料**セミナー

第1回

8月3日(月)

14:00～14:45

フレイルって何だろう？  
わたしはフレイル？

第2回

8月17日(月)

14:00～14:45

コロナの影響でわたしの  
身体はどう変わった？

第3回

8月24日(月)

14:00～14:45

毎日の食事と運動が、  
からだに与える良い影響

≪ LIVE 配信 ≫

定員：**500**名/回



≪ 講師 ≫ **山田 実** 先生 筑波大学 人間系 教授



保健学博士・理学療法士

専門分野：老年学・リハビリテーション

研究テーマ：サルコペニア・フレイルに関する疫学的研究／介護予防事業の健康寿命延伸  
効果の検証／運動介入による健康関連アウトカムへの効果検証 他

お申込みに関しては、裏面をご確認ください。➡

共催：



**HOUYUKAI**



森永乳業グループ病態栄養部門  
**株式会社 クリニコ**

## 【参加方法】

各回ごとのお申込みとなります。下記 URL または QR コードより、お申込みフォームにアクセスし  
ご登録ください。

当日は「Zoom」での開催となります。初めて Zoom を使用される場合には、事前に視聴する端末  
でアプリのインストールと接続のテストをお願いします。 \*詳細は、下記(☆)をご確認ください。

なお、セミナー参加用の URL は、LIVE 配信の**前週の金曜日**にご登録いただきましたメールアドレス  
へご連絡いたします。

各回、先着 500 名の事前申込制です。 ※定員なり次第、締め切らせていただきます。

☆初めて Zoom を使用される方はこちらをご確認ください▼

◇Zoom アカウントの作成は不要です。

1) Zoom アプリ ダウンロードページ ⇒ < <https://zoom.us/download/> >

PC : 「ミーティング用 Zoom クライアント」 / スマートフォン等 : 「Zoom モバイルアプリ」をご利用ください。

2) 事前の接続テストページ ⇒ < <https://zoom.us/test/> >

接続頂くと [ ミーティングテストに参加 ] と表示されますので【参加】をクリックください。

Zoom アプリが起動し、テスト用 Zoom ミーティングに接続されます。

第 1 回 : 8 月 3 日 ( 月 ) 14:00 ~ 14:45

『フレイルって何だろう？わたしはフレイル？』

申込用 URL: <https://bit.ly/2VumOvk>

申込受付期間【7/8 ~ 7/30】

▼申込用 QR コード▼



第 2 回 : 8 月 17 日 ( 月 ) 14:00 ~ 14:45

『コロナの影響でわたしの身体はどう変わった？』

申込用 URL: <https://bit.ly/31utttt>

申込受付期間【7/20 ~ 8/13】



第 3 回 : 8 月 24 日 ( 月 ) 14:00 ~ 14:45

『毎日の食事と運動が、からだに与えるイイ影響』

申込用 URL: <https://bit.ly/2ZqRDCj>

申込受付期間【7/27 ~ 8/20】



◇本セミナーに関するお問い合わせ◇

[clinico-jimukyoku\\_3793@morinagamilk.co.jp](mailto:clinico-jimukyoku_3793@morinagamilk.co.jp) (平日 9:00 ~ 17:30、土・日・祝日を除く)

「Zoom」の使用方法等に関するお問い合わせには、対応できませんのでご了承ください。