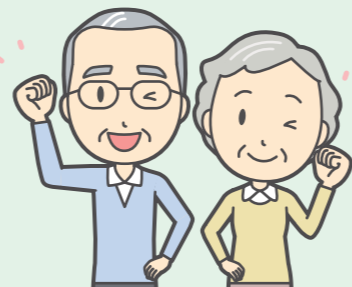


ロコモ健康フォーラム2019

# ロコモ予防で 生涯現役!

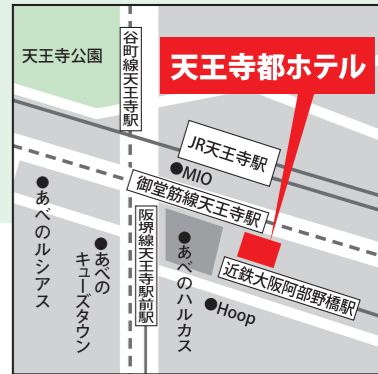


参加無料  
事前申し込み制

日時 **8/24** 土  
14:00開演  
(16:00終演予定)

会場 **天王寺都ホテル**  
(大阪市阿倍野区松崎町1-2-8)

定員 **400名** ※定員になり次第締め切ります。



■アクセス  
JR「天王寺駅」東口正面、  
大阪メトロ「天王寺駅」、  
近鉄「大阪阿部野橋駅」直結

人生100歳時代がやってきました。いくつになっても健康で生活できることは何にも代えがたい喜びです。  
一般社団法人 大阪臨床整形外科医会 (OCA) は、「ロコモ予防で生涯現役!」をテーマにロコモ健康フォーラムを開催します。  
「寝たきり」を予防し、健康寿命をのばすためにはロコモ対策が大変重要です。ロコモを学んで、元気に生涯現役を目指しましょう。



ご挨拶×  
ロコモ予防の解説  
増田 博  
(大阪臨床整形外科医会会長)



司会:中西 ふみ子氏  
(ラジオ大阪パーソナリティー)

## 熟年からの 健康づくりと運動

健康運動指導士  
体操マスター上級指導員  
のざき としこ  
野崎 紀子氏



昭和12年生まれ。35年、岡山大学教育学部卒業。同年から54年まで保健体育の教諭として岡山、大阪、滋賀の国公立中学で勤務。51年より自治体、公共団体主催の健康づくり運動・体操教室等で数多く指導。58年からNPO法人役員として地域の健康づくり体操の普及、体操フェスティバルOSAKA国際大会の企画・運営、世界体操祭などへの出場を重ねる。平成2年より健康運動指導士として、地域の健康づくり運動教室の講師として活躍。(公財)健康・体力づくり事業財団公認・健康運動指導士、(公財)日本体育協会公認・体操マスター上級指導員、(公社)日本女子体育連盟公認・ダンスムーヴメントA級指導員などを務め、現役指導者として活躍中。

## 講談から学ぶ ～戦国武将らの 健康術～

講談師  
大阪芸術大学客員教授  
きょくどう なんりょう  
旭堂 南陵氏



NHK 朝ドラの「あさが来た」などのドラマや舞台出演など、幅広い活動を展開する大阪講談界の第一人者。78年、「旭堂小南陵」襲名、真打ち昇進。06年、大阪芸術大学客員教授、四代目「旭堂南陵」を襲名。ゆかりの地の「人物伝」や「社長さん一代記」などのオリジナル創作講談も好評。芸術祭優秀賞(文化庁)、大阪文化祭賞グランプリ(大阪府・大阪市)、芸術祭大賞受賞(文化庁)受賞。学術博士。最近の著書に「辞典にない大阪弁～増補改訂版～」(浪速社)がある。

## ロコモ予防健康体操 ～ロコモかしこもサビないで!～

笑い涙の吟遊詩人  
リピート山中氏  
やまなか



昭和35年兵庫県生まれ。12歳から弾き語りを始めアマチュア～セミプロとして活動。平成8年、桂雀三郎withまんぶくブラザーズとしてメジャーデビュー。元祖フォークシンガー、高石ともや氏に見いだされソロシンガーとしての活動も本格化。12年、自作の「ヨーデル食べ放題」が大ヒット、13年、長嶋ジャイアンツ公式応援ソングも担当。TVレギュラー・ラジオパーソナリティーを経て、現在さまざまなテーマで歌を作り唄うメッセンジャーとして全国を唄い歩く体験派シンガーソングライター。山小屋コンサートや山頂ライブ、医師に同行しての僻地(へきち)での往診コンサートなどがライフワーク。「ヨーデル食べ放題」はJR大阪環状線の鶴橋駅発車メロディーとして流れ、「ロコモかしこもサビないで!」というロコモ予防ソングもある。

■主催:一般社団法人 大阪臨床整形外科医会 (OCA) ■共催:産経新聞社 ■後援:全国ストップ・ザ・ロコモ協議会 ■協賛:旭化成ファーマ、エーザイ、小野薬品工業、第一三共、雪印ビーンスターク (ほか(五十音順))

お申し込み  
方法

ハガキ、ファクス、Eメールでお申し込みください。

参加希望の方は氏名、参加人数、〒・住所、電話番号をご記入のうえ、ファクスかハガキ、Eメールでお申し込みください。ファクス、Eメールの場合は件名に「ロコモ健康フォーラム」と記入してください。※定員になり次第、締め切らせていただきます。

ハガキ

〒556-8666 (住所不要)  
産経新聞開発  
「ロコモ健康フォーラム」事務局

【お問い合わせ】電話06-6633-6834 (平日10時～18時、土・日・祝休み)

ファクス

06-6633-2709

産経新聞開発「ロコモ健康フォーラム」事務局

Eメール

forum@esankei.com

※応募者の個人情報は、参加証の発送と運営事務局からの連絡のみに使用いたします。