

「健康寿命延伸のための筋肉革命 95」

少子高齢化が急速に進んでいる愛南町では、いつまでも自分らしく生き活きと生活していくために、若いころから要介護状態にならないような体づくりが重要です。

この度、宇和島市出身の脳神経外科専門医 酒向正春先生をお招きし、80歳で60代、90歳で70代の筋肉を目指し、筋肉と骨、脳の連関を促進して健康寿命を延ばす方法論についてご講演をいただきます。先生は、令和7年1月から愛媛新聞 コラム道標を執筆され、NHK 総合 視点・論点等にもご出演されておられます。ぜひ、ご参加ください。

講師：酒向 正春（さこう まさはる）先生

ねりま健育会病院 院長

ライフサポートねりま 管理者

－講師プロフィール－

S62年愛媛大学医学部卒。

日本リハビリテーション医学会・脳卒中学会・認知症学会専門医・指導医。

日本脳神経外科専門医・評議員。

H25年にNHK「プロフェッショナル～仕事の流儀」第200回で特集され、「攻めのリハビリ」が注目される。

H29年から大泉学園複合施設責任者

（ねりま健育会病院院長、ライフサポートねりま管理者）。



【日 時】令和7年11月16日(日)

11時00分～12時30分(開場:10時30分)

【会 場】愛南町役場 3階 大会議室

【申込期間】令和7年10月1日(水)～11月7日(金)

事前に、地域包括支援センターの窓口・電話・FAXでの申し込みが必要です。先着100名で定員になり次第締め切ります。

参加申込書

氏名		電話番号	
----	--	------	--

【お問合せ先】愛南町地域包括支援センター（担当:石井）

TEL 0895-72-7325 FAX 0895-73-7009