

リピート山中さん

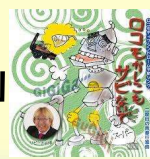
ロコモ体操～介護予防体操～

ミニコンサートを開催します！

2018. 6. 8 (金) START13:30～
(14:30終了予定)



ロコモ体操
「ロコモかしこもサビないで」
を作词作曲された、
リピート山中さんをお招きし
ロコモ体操とミニコンサートを
開催いたします！



どなたでもお気軽にご参加ください。

☆代表曲☆

ヨーデル食べ放題

夏山賛歌

白い花が好き

往診ハラショー

ロコモかしこもサビないで

～リピート山中さんプロフィール～
ギター担いで北アルプスや富士山に登り
山小屋コンサートや、医師に同行しての
僻地での往診コンサートなどを行っている。
出かけて出会って感じて歌う、
体験型シンガーソングライター

ロコモとは...年齢とともに足腰が痛んだり、骨や筋肉が衰えたりしますが、「年のせいだから仕方ない」と放置しておくとも将来的に寝たきりや介護が必要になってしまいます。これがロコモティブシンドローム(通称ロコモ)です。

いつまでも元気に生き生きと過ごすためにも、歌に合わせて体を動かし、楽しくロコモを予防しましょう。

場所:仙台北部整形外科 リハ室

参加無料

お問い合わせ:仙台北部整形外科
TEL 022-776-1888