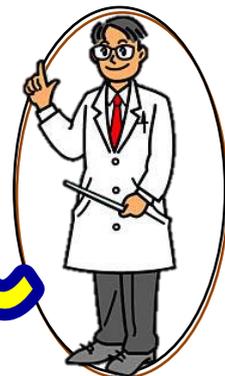


**参加費
無料**

スポーツ医事相談【内科】

**『脱水症』
～寒い冬も要注意！～**



夏場には気をつけている「脱水症」
実は冬場にも「脱水」ってあるんです。肌荒れや便秘などの症状も、実は「脱水症」とも考えられます。
今回、横浜スポーツ医会でご活躍の松下先生をおむかえしてお話を聞きます。冬場から脱水症を理解して夏場に備えましょう！

講師	
横浜スポーツ医会会員	産業振興センター診療所・所長 松下 浩平 先生

<特別企画>
将来の健康リスクを早期に発見できます！

みなさんの身近にいる横浜スポーツ医会の医師が、市民の健康づくりを（公財）横浜市スポーツ協会とともにサポートいたします。

日時	令和7年3月8日(土) 15時15分から16時15分【60分】
場所	横浜市泉スポーツセンター 研修室
対象者・定員	一般市民 15名 ※先着順
申込方法	直接来館または、電話（045-813-7461）にてお申込みください。
主催	公益財団法人横浜市スポーツ協会 共催：横浜スポーツ医会

**フレイル測定
with MAQUP(メイクアップ)**
握力・椅子立ち上がり測定
(30秒)でフレイル状態の
チェックを行います。
●測定時間●
14:15～15:15
※セミナーにお申込みされた方が、上記時間に測定できます。
運営協力:株式会社マクニカ

お問い合わせ・会場はこちら

指定管理者 公益財団法人横浜市スポーツ協会

横浜市泉スポーツセンター

〒245-0006 横浜市泉区西が岡 3-11

- 相鉄いずみ野線『弥生台駅』下車 神奈中バス 戸 39、戸 79、東 23 系統「福祉センター前」下車徒歩1分
- 横浜市営地下鉄「中田駅」下車 徒歩 15分

TEL:045(813)7461

【会場案内図】

