

2003年度「運動器の10年」活動概要

■「運動器フォーラム2003」を下記2都市にて開催・実施

- 10/11 仙台
- 10/18 大阪

■各都市における実施内容

【仙台】

- パネルディスカッションを用いての講演
 - ・パネルディスカッションテーマ
「スポーツと健康」

【総括】

パネリストを四名迎えての講演。

参加者数は約400名にのぼり、わかりやすい講演が好評。

フォーラム終了後には「運動器障害克服」を呼びかける街頭パレードを実施。

【大阪】

- パネルディスカッション/講演/実演/健康相談/骨密度測定
 - ・講演テーマ
「生涯健康」「肩がこる 腰がいたむ」
- ・パネルディスカッションテーマ
「肩こりと腰痛 運動器のお話」
- ・実演
健康体操

【総括】

約5時間強にも及んだ、充実した内容で好評だった大阪セミナー。

参加者は約900名にも及び、健康相談や普段馴染みのない骨密度測定、インストラクター実演による健康体操等に注目が集まる。

また講演においては身近な運動器のトラブルである

「肩こり」「腰痛」をテーマに講演。老後のトラブル回避のための方法などを教授。

健康保険軽減の方法のためにも、これら肩こりや腰痛に対し、

個人の運動器に対する認識を高め、自ら対策していくことの重要性を訴えました。

