

CRT 栃木放送で、宇都宮ブリッツェンの選手と保健師による健康対談を放送します！

平成28年9月26日に『「ロコモ」ってなあに！？～宇都宮ブリッツェンの選手と保健師の健康対談』の収録を行いました。

自転車ロードレースのJプロツアー(JPT)2016個人ランキング2位の増田成幸(ますだなりゆき)選手から自転車を使った予防法などについてお話を伺いました。

ラジオを聞いて、ロコモティブシンドロームについて楽しく学びましょう。放送日程は下記の通りです。

番組情報

「ロコモ」ってなあに！？ ～宇都宮ブリッツェンの選手と保健師の健康対談～

骨や関節、筋肉などの運動器の機能が低下している状態をロコモティブシンドローム(略称：ロコモ)といいます。

宇都宮ブリッツェンの選手と保健師の対談で、ロコモと要介護の関係性や、自転車を使った予防法などについてお話を伺います。是非、お聴き下さい。

【放送日時】 10月21日(金) 15:10～15:25
(再)10月25日(火) 21:15～21:30

提供：公益財団法人 宇都宮市医療保健事業団



*** 収録風景 ***



増田選手にサインをいただきました(*。~*)

