

健康意識をぐんとアップ!

無料

正しい知識でもっとイキイキ!

WEB版集いのひろばのお知らせ

運動 栄養 社交 予防



メールを受信するだけ



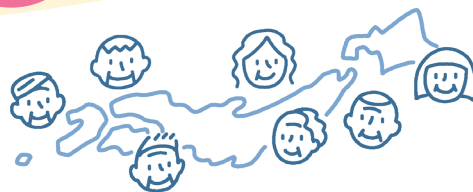
www.yamada-lab.tokyo/signup/
QRコードかURLから
ご登録ください。

▶ 介護予防の専門家からの
正しい知識や健康動画が
週に一回届きます!

みんなで
参加

全国に仲間がいます!

日本全国の会員のメッセージも
見たり書き込んだり交流できます



筑波大学介護予防研究室

山田 実 教授 (責任監修)

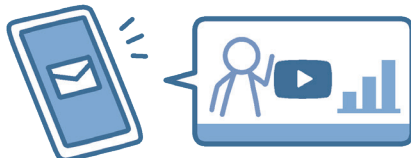
私たちのチームは高齢者の介護予防や
健康維持について日々研究しております。

① かんたん登録



上記QRコードまたはURLから
専用ページにアクセス、簡単な
情報をご登録ください。

② メール受信して動画を見る



登録したアドレスにメールが届きます。
メール本文に記載されているリンクをタップすると
動画が始まります

③ 生活習慣改善!



毎週見ているうちに健康意識や
生活習慣が向上! WEB上で質問や
情報交換も可能です!

主催・発行 筑波大学介護予防研究室
人間系教授/山田実

問合せ info@yamada-lab.tokyo

ご安心ください

- 筑波大学介護予防研究室が実施する健康増進活動の一環ですので
営利目的ではありません
- 登録は無料、いつでも簡単に解除できます
- 個人を特定する情報は必要ありません

詳しくはこちらを御覧ください→ <https://www.yamada-lab.tokyo/resource/410/>

