山口市内２１地域巡回講座

神経筋の加齢変化と予防のための運動



日時 2026.**12.5**（土）
10:00～11:30
（受付 9:45～）

参加無料

場所 仁保地域交流センター
（山口市仁保中郷1041番地）

定員 ４０名（先着順）

申込み 仁保地域交流センター（０８３－９２９－０１０５）へ電話

講座詳細

筋肉の変化は神経系の変化を直接的に反映していることが多々あります。加齢に伴う筋肉の変化もその典型的な一例です。

加齢に伴い神経や筋肉にどんな具体変化が生じているのか、両者の相互作用等について解説します。



宮田　浩文　先生
（放送大学　山口学習センター所長）