

フィットネススクール
ロコモK.O 長府店 1日限定!

会員様
以外の方も
施設
使い放題

ロコモK.O 長府店 無料開放DAY

見て・聞いて・体験できる健康イベント

2026年 1月 31日(土) 9:00~16:00 (入退場自由)

ロコモK.O長府店 (下関市長府前八幡町 1-12)

無料セミナー開催!

心と身体の食育セミナー

「人はなぜ病気になるのか…」

10:00~11:30

- ✓ 知らず知らずのうちに抱えている未病
- ✓ 免疫と食事の関係
- ✓ 腸は心の鏡
- ✓ これから的人生を健康に生きるために



【保有資格】

- ・理学療法士
- ・美形骨認定セラピスト
- ・アロマタッヂ®テクニクットレーニング認定クラス修了

森 友紀さん

医療 × 食育の視点で、
やさしく分かりやすくお話しします

ロート製薬グループ MGP セミナー

「異所性脂肪ってなに？」

① 9:15~9:45 ② 14:00~14:30

- ✓ 見た目では分からない“隠れ脂肪”
- ✓ 肝臓、心臓、筋肉にたまる脂肪の正体
- ✓ 健康診断では分かりにくいリスクとは？
- ✓ 今知っておきたい、健康を守る新知識

こんな方におすすめ

- ✓ 最近疲れやすい
- ✓ 健康診断の数値が気になる
- ✓ 食事や生活習慣を見直したい
- ✓ 無理なく健康づくりを始めたい

参加費 すべて無料

お申込み
お問合せ

フィットネススクール
ロコモK.O 長府店

083-242-1090