

今から始めるフレイル予防



フレイル（心身が老い衰える）は高齢者の課題だと考えていませんか？ フレイルを正しく理解し、それを回避するためには「気づいた時に始める」のが肝要です。そしてやがて来るシニア世代を楽しめるように今から準備をしましょう。

セミナー後のアンケートに回答すると“健康マイレージ”100ポイント付与！



2026年

2/4

参加無料

(水) 12:30～12:45

登録はこちら▶

セミナーの受講にあたっては
アカウントの作成を
お願いいたします



URL : <https://x.gd/hNNUz>

講師紹介

セミナー講師：宮崎 祐 みやざき ゆう

理学療法士、ヨガインストラクターの資格・視点を持ちながら
スイミングコーチ・フィットネスインストラクターを経て、
介護施設のリハビリにも携わる。
小さなお子さま～高齢の方々と幅広い世代の方々と、
笑顔で運動を楽しむことがモットー。



本プログラムに関するお問い合わせ

株式会社ルネサンス

担当：健康ソリューション部

mail : business-solution@s-rennaissance.co.jp

主催：住友商事健康保険組合

アカウント作成方法

株式会社ルネサンスへようこそ！



名前 *

名前

メールアドレス *

メールアドレス

パスワード *

パスワード

☐ 利用規約・プライバシーポリシーに同意

アカウントを作成する

[アカウントをお持ちの方はこちら](#)


- ① 登録ページにアクセスする
 - ② 名前、メールアドレス、パスワード(6文字以上)を設定する
 - ③ 利用規約、プライバシーポリシーをご確認の上で横のチェックボックスにチェックをする
 - ④ 「アカウントを作成する」をクリックする
- 以上でアカウント作成完了です。

ご登録いただいたメールアドレスに、ご登録完メールが届きます。

セミナー受講の際は、ログインして、ご受講のほどお願いいたします。

ログイン方法

株式会社ルネサンスへようこそ！



メールアドレス

パスワード

ログイン

※ パスワードをお忘れになった場合

- ① ログインページにアクセス
- ② 登録済みのメールアドレスとパスワードを入力
- ③ ログインをクリック

※パスワードをお忘れになった場合は
こちらをクリックして頂き、
パスワードの再設定をお願いいたします。

案内メールURLからログイン

直接、視聴ページが開きます



通常のログイン

TOPページが開きますので対象のセミナーをクリックしてください

