

今から始めるフレイル予防



プラチナシニア系
(介護予防)

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/hNNJz>

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-renaissance.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、ご登録完了メールが届きます。
セミナー受講の際は、ログインして、ご受講のほどお願ひいたします。

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

