

筋肉は裏切らない！ 筋肉はあきらめない！ がんでも、運動してイイんです

東海大学医学部
岡田健一

埼玉県立
がんセンター
五木田茶舞

県立静岡
がんセンター
田尻寿子

NTT東日本関東病院
大江隆史院長

リオールジム
奥松功基代表

埼玉医科大学
篠田 裕介

東北大学大学院
医工学研究科
永富良一

順天堂大学
スポーツ健康科学部
谷本道哉



運動は

解説・運動動画↓

- ・がん予防に寄与します
- ・がん治療をサポートします
- ・がん治療の予後改善の報告があります



※運動だけでがんは克服できません。標準治療と併用した運動を推奨します。
かかりつけの医師にご相談の上、できる範囲で取り組んでください。

がんと運動ワーキンググループ