

まちの住民を支える健康教育事業

✿安心して健康に暮らすための講座✿

参加者募集

参加費
無料

開催日:2019年10月27日(日)

時間:13:00~15:00

場所:東京情報大学4号館

遠隔看護実践研究センター会議室内

参加者:若葉区在住の方 先着20名

講座内容

✿ 健康チェック

✿ 心身ともに健康でいるための講座

- ✿ 自分でできる健康チェック法
- ✿ 情報技術を用いた健康管理方法の紹介など

✿ 健康になるための呼吸法講座

✿ 「健康カプセル」づくりワークショップ

- ✿ 万が一の時に健康を守るための「健康カプセル」づくり

✿ お申し込み方法 ✿

下記のファックス または Eメールにて、お名前と参加人数をお知らせ下さい
東京情報大学遠隔看護実践研究センター内 担当:葛西

FAX:043-235-7249 Eメール: yk206229@rsch.tuis.ac.jp

- ✿ 主催 ✿ 東京情報大学遠隔看護実践研究センター健康支援プロジェクト
- ✿ 助成 ✿ 若葉区自主企画事業(地域活性化支援事業)補助金