



令和3年度 北杜市芸術文化スポーツ振興基金活用事業
令和3年度北杜ふれあい塾 第7回 講演



日々の暮らしで実践できる 健康づくり

2022年

1/22 (Sat.)

13:30 ~ 15:00

開場13:00

講演内容

健康寿命の延伸や生活の質の向上を目指した「こころとからだの健康づくり」について、日頃の生活の中で取り入れることができる実践を交えながら講演していただきます。

講師



日本体育大学 体育学部 健康学科 岡本 孝信 教授

最終学歴: 大阪大学大学院 人間科学研究科 博士後期課程
学位: 博士(人間科学) 研究テーマ: 運動と心血管疾患予防

運動が心臓や血管の健康に及ぼす影響について研究を行っています。また、最近では認知機能への影響も含めて健康寿命延伸に関する研究を推進しています。

会場

須玉ふれあい館 ホール
(北杜市須玉町若神子521-17)

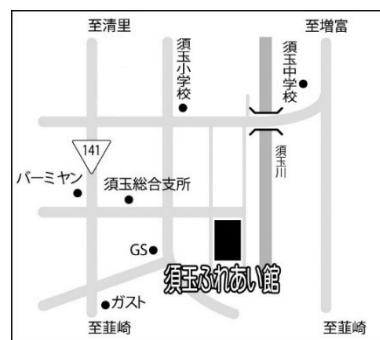
定員

180名

※ふれあい塾年間受講生が優先されます

参加料

無料



須玉ふれあい館案内図

主催 / 北杜市教育委員会

お問合せ:

北杜市教育委員会 生涯学習課

TEL: 0551-42-1373

Mail: fureaij@city.hokuto.yamanashi.jp

令和3年度北杜ふれあい塾 第7回 参加申込書(令和4年1月22日開催)

| | |
|---|---|
| (ふりがな) | 電話番号 |
| 氏名 | |
| 住所 | 受講証番号(年間受講生のみ) |
| ○募集定員 180 名 ※募集については定員になり次第締め切らせていただきます ※一般募集を行います、年間受講生が優先されます。 | ○「やまなしくらしねっと」からお申込み  電子申請サービスを利用して申込みが可能です。 QRコードからお申込みいただけます。 |
| ○参加料 無料 | |

○問合わせ

北杜市教育委員会 生涯学習課

TEL:0551-42-1373

FAX:0551-42-1124

Mail:fureaij@city.hokuto.yamanashi.jp

【注意事項】

・必要事項をご記入いただき、生涯学習課・各公民館へ提出、または、上記の電話、FAX、メールアドレスまでお申し込みください。

・ふれあい塾年間受講生については氏名、受講者番号のみでお申込みいただけます。