



# 帝京けんこうひろば 健康講座



## 日程・時間

2024年8月31日（土）

## 場所

帝京大学 大学棟1階

## 親子で参加

102教室 10:30~11:30

健康クイズ、体操、  
うちわの絵付けを体験！

小学生の親子10組 先着順  
※事前申し込みが必要です

夏休みを最後まで楽しもう 🌞  
ぜひ遊びに来てね！

【申込先】

kenkouhiroba

@med.teikyo-u.ac.jp

- ・件名「夏休み親子参加」
- ・本文にメールアドレス、氏名、  
参加人数(大人〇名、子ども〇名)  
をご記入ください。



## 誰でも参加

103教室 11:00~12:00

体は動いても疲れが  
とれない…、体がだ  
るい…といった不調  
を感じていませんか？



セミナーでは、夏バテ（夏疲れ）解消  
に向けて、夏野菜の効果や運動・睡眠な  
どの工夫についてお話していきたいと思  
います。当日は野菜摂取量の測定も予定  
しています！

この機会に、ぜひ野菜の摂取レベルを測  
ってみませんか？

講師紹介：福士 泰世

帝京大学医療技術学部看護学科、  
助教・博士（保健学）

放射線治療を中心に病棟および外来看  
護師として働き、2022年4月より帝京大  
学医療技術学部看護学科に着任。

## 問い合わせ先

帝京大学医療技術学部看護学科 帝京けんこうひろば運営委員会

☎ 03(3964)8480 (板橋キャンパス事務部)

✉ [kenkouhiroba@med.teikyo-u.ac.jp](mailto:kenkouhiroba@med.teikyo-u.ac.jp)

急な変更がある場合は、帝京大学ホームページの「最新イベント」ページでお知らせします。

