

令和5年度 千葉科学大学看護学部主催 「まちの保健室」

千葉科学大学の看護教員が地域の皆様の健康をサポートします！
健康や介護に関する相談、下記プログラムを用意しておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

日程：原則第2日曜日 午後1時半～3時半

日程	プログラム
令和5年	
6月11日	癒しとストレス あなたの体のホルモンバランスを知りましょう 自身を癒すアロマセラピーの体験をしましょう
7月30日	暑い夏、ママもキッズも楽しく銚子よく♪ 子育て・育児相談
8月13日	あなたの運動能力、低下していませんか
9月10日	あなたもできる救命🚑 🎮VRゴーグルでドキドキ体験もできるよ🤖
10月8日	知っておきたい介護のこと 介護が必要になる前に。介護が必要になったら。 見て体験して考えてみましょう♪
12月10日	食生活を見直そう（おやつ選び方・味覚チェック）
令和6年	
1月21日	私の終い方を考える 人生の最終段階の医療を決定する際の自分の価値観を考えてみましょう！
2月11日	骨盤底筋力をアップして、老若男女、健康で長生き

○開催場所：イオンモール銚子2階 しおさいプラザ

○対象：どなたでも参加OK

○参加費：無料 ○スタッフ：教員、看護学生

※新型コロナウイルス感染状況により、急遽中止する場合がありますのでご了承ください。



【問い合わせ先】
千葉科学大学 看護学部（安藤）
電話0479-30-4575