

平成27年4月20日

三豊市サテライトセミナー参加者募集

「楽しく学んで、楽しく実践！やさしい健康講座」（全4回）

開講日：下記のとおり
場 所：豊中町農村環境改善センター（三豊市豊中町本山甲 192-1）
時 間：18時30分～20時00分
定 員：50名程度
講 師：医学部 衛生学 准教授 宮武伸行（みやたけ のぶゆき）

そ の 他：どなたでも受講して頂けます。受講料無料。1回限りの受講も可能です。
なお、受講は当日参加可能です。

講義日程・内容等

第1回 4月30日（木）

講 義 名：メタボの話

内 容：知っているようで知らないメタボ。メタボについて一緒に楽しく学びましょう。
メタボの予防改善に効果的な、家庭でできる楽しい運動もご紹介します。

第2回 5月21日（木）

講 義 名：熱中症の話

内 容：熱中症が増えています。夏の暑い時だけ気を付けたらよいというわけではありません。
日頃からの健康管理が重要です。熱中症対策の秘訣を伝授します。

第3回 6月11日（木）

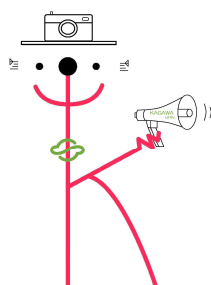
講 義 名：高齢者の健康

内 容：日本人の平均寿命は世界トップクラスです。年をとっても、元気にいきいき生活で
きるための日常生活のこつと家庭でもできる簡単な運動を紹介します。

第4回 7月 9日（木）

講 義 名：トイレでわかるあなたの健康

内 容：尿検査、便検査はもっとも身近な検査のひとつです。尿検査、便検査の検査の結果
の見方をやさしくわかりやすく解説します。簡単な運動実技もあります。



■問い合わせ先

香川大学学術室研究協力グループ 矢野

TEL：087-832-1341 FAX：087-832-1319

E-mail：soumke@jim.ao.kagawa-u.ac.jp

三豊市 政策部企画財政課

TEL：0875-73-3010 FAX：0875-73-3022