

市川市

健康都市推進講座

すぐに実践したくなる

参加
無料

定員
50名

めざせ！健康寿命日本一のまち

健康 の 秘訣

全講座
土曜日開催！



講師 和洋女子大学
家政学部の教授など



01

8.31(土) 10:00 ▶ 12:00

開講式

私たちの健康増進戦略(グループワークあり)
健康栄養学科 教授 藤澤由美子

02

9.7(土) 10:00 ▶ 11:30

健やかにいきいきと暮らせる
住環境を目指して
家政福祉学科 助教 金指有里佳

03

9.14(土) 10:00 ▶ 11:30

紅麹問題が私たちの食生活に
問いかけていること
健康栄養学科 教授 中島肇

04

9.21(土) 10:00 ▶ 12:00

睡眠と健康
服飾造形学科 准教授 水野一枝
閉講式

場所

和洋女子大学
南館9階 大会議室

申込方法

市公式Webサイト(LoGo フォーム)から申し込み

対象

市内在住の方で、原則
4講座全てに出席できる方

申込締切

令和6年8月23 日(金) 定員になり次第終了



LoGoフォーム

市川市 健康都市推進課 ☎ 047-712-8642