

ウェルカムキャンパス事業 けやき会主催講演会のご案内



- ◆日時: 2024年12月18日(水)18:00~19:30(受付17:30~)
- ◆場所: 兵庫県立大学明石看護キャンパス307講義室
および ZOOM
- ◆テーマ: 『ココロ・カラダ健康塾~after コロナの新・健康習慣~』
【変わる時代に実践すべき健康づくりのヒント満載! 軽く体を動かします】

※撮影・録音・録画禁止

◆講師: 小川りょう

早稲田大学大学院スポーツ科学研究科修士課程修了

健康増進事業フィットネスサポートシステムズ代表

指導コンセプトは「長寿高齢国日本の健康寿命の延伸」であり、大学院にてスポーツ科学を専攻、中高齢者のスクワットフォームに関する研究を行った足腰運動スクワットフォーム指導の専門家。著書に、『かしこくしゃがむ本当のスクワット』(ぴあMOOK)がある。健康・美容に関わる多方面のメディアで幅広く活動中。



◆参加費: 無料!!!

◆申込〆切: 2024年11月30日(土)

けやき会HP「お知らせ」よりお申込み→

<https://keyaki-kai.com/>



- * 本年度は同窓生からの紹介であれば、ご家族や職場の方等もご参加いただけることとしました。お子様連れも大歓迎です。お仕事後でも参加できるよう平日夕方に実施しますので広くお声がけください。
- * 明石看護キャンパス会場とZOOMの両方で開催いたしますが、同窓生の皆様はぜひ母校へ足をお運びください。同窓生の懇談用として、講演前に以下のお部屋をご準備させていただいております。ぜひご活用ください。

【同窓生の懇談】

17:00~18:00 306講義室: 同窓生限定(ご家族連れ可)

お菓子やお飲み物を準備しております

- * 講演会につきましては同窓生以外の方の現地参加も可能です。
- * その他、本件に関する問い合わせや詳細に関しましては、けやき会HPの「お知らせ」をご覧ください。