

健康について 考えてみませんか？

私たち人間にとって心も体も健康であるという事はとても大切なことです。山口県立大学の看護学科、栄養学科、社会福祉学科、国際文化学科の2年生(有志)が、心と体の健康を向上させることをテーマに活動し始めました。

しかし、私たちだけの活動だけでとどまるのではなく、もっと地域の方々といっしょに活動をして健康について考えていきたい！と考えました。そこで！！私たちと一緒に、より健康な自分を目指して、すでに健康のために何か実行されている方も、もう一歩踏み出しきれていない方も、一緒に活動をしながら健康について考えてみませんか？

さまざまな催しを通して、宮野地区の皆さんと私たちの交流を深めながら、心も体もより健康に、より元気にいきいきと活動してくださる方を募集しています☆60歳以上の方を対象としていますが、対象外の方も受け付けています。

催しとしては以下のことを計画しております☆

* 毎回、血圧・体重・体脂肪などの測定も実施します。

第1回 はじめまして、ヘルサーです！

日時:10月25日(土) 午前10時から午後12時まで

内容:交流会、ゲームなど

場所:YUCCA

第2回 見て、見て！私のお弁当

日時:11月9日(日)午前10時から午後1時まで

内容:散歩、持参したお弁当自慢大会

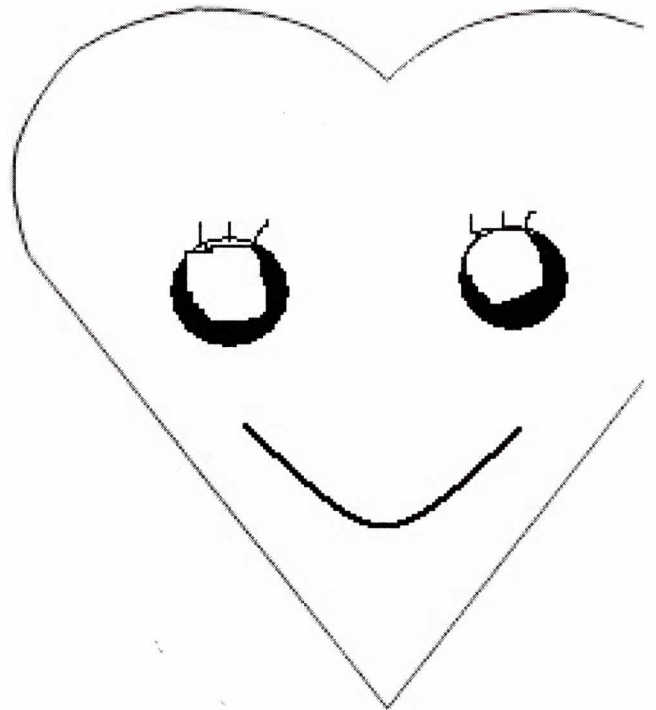
集合場所:YUCCA

第3回 チームで勝ち取れ！

日時:11月23日(日)午前10時から午後12時

内容:クイズ大会

場所:YUCCA



興味を持たれた方はこちらへ！

山口県立大学 学生活動支援センター 083-928-3478

電話の際に「ヘルサーについて」であるということと氏名・年齢(何歳代か)・住所・電話番号を、申し出てください。

全体締切 10月22日(水)ですが、それ以降も受け付けています。