

2016年 7月 16日 (土)

〔受付〕 13:30 ▶ 15:30
13:20~

リンクモア平安閣市民ホール
(青森市民ホール)

アクセス ▶ JR青森駅正面口(東口)から 徒歩3分
青森市柳川1丁目2番14号

対象 どなたでも
※事前申込み【7月9日まで】

参加費 無料

主催 東北女子大学
地域資源活用研究センター

後援 健やか力推進センター
(公益社団法人青森県医師会)

問合せ・申込み先 担当:太田

TEL: 0172-33-2289 E-mail: t-shigen@tojo.ac.jp

URL: <http://www.tojo.ac.jp>

第2回 すこやか サミット

心身の調和は健康の礎なり

食と運動から
青森県の健康推進を深める

1 13:30~14:00

「知って得する！時間栄養学」

東北女子大学 西田 由香

2 14:00~14:30

「よびおこそう 体のリズム！！
～しなやかな体はふだんの貯筋から～」

東北女子大学 名誉教授 河内 見地子

3 14:40~15:30

「まるごとの実践 スポーツ栄養学」

東北女子大学 加藤 秀夫
(県立広島大学 名誉教授)