

横浜創英大学企画 看護の日

～身近なことから健康づくり～

配信期間：9月20日（月）～10月10日（日）

毎年、健康チェックを企画し地域の皆様に参加していただいておりますが、コロナ感染が続き、開催することができない状況です。

今年度は、健康について考える機会として、オンラインによる健康体操等を配信いたします。ご興味がある方は、下記のQRコードより動画をご視聴ください。



内容

1. コロナ禍に見直そう食事と運動

小児看護学：中村慶子教授



2. 体操とヨガで老化予防

母性看護学：石田貞代教授



お問い合わせ先：横浜創英大学 企画入試課

045-922-6105（平日 9:00～17:00）