



札幌市立大学 セミナー

健康チェック&アドバイス ～測定と相談で始める健康習慣～

- 概 要： 看護学生が血圧測定、体組成測定、骨の健康チェック、握力測定を実施します。
その後、看護師がその結果に基づいた健康管理方法について解説し、生活改善・継続について学ぶ機会を提供します。
また、看護師による健康に関する講話を午前と午後に行います。
- 対 象： 自身の健康や健康増進に関心のある市民の方
- 日 時： 2026年2月14日（土） 10：00～15：00
- 講 師： 本多 いづみ（札幌市立大学 看護学部・助教）
吉田 実和（札幌市立大学 看護学部・助教）
中平 紗貴子（札幌市立大学 看護学部・講師）
檜山 明子（札幌市立大学 看護学部・教授）
- 会 場： イオン札幌桑園ショッピングセンター
（札幌市中央区北8条西14丁目28）
- 申 込 方 法： 事前の申し込みは不要です。直接会場へお越しください。
※体調不良の方、熱がある方は当日の参加をご遠慮ください。

《問い合わせ先》

札幌市立大学サテライトキャンパス
TEL:011-218-7500, FAX:011-218-7507

