



参加無料

## 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

