

かりゆし長寿大学校

第3回オンライン（集合型）特別講義

講義日 12月9日（木）受付13：30

講義時間 14：00～15：30

『コロナ禍に負けない 健康づくり』

沖縄大学 教授
人文学部 福祉文化学科
健康スポーツ福祉専攻
専門分野
社会福祉学・高齢者福祉

- ・コロナ禍における基礎体力の低下防止
- ・自宅で気軽に楽しくできるキッチンフィットネス



講師 宮本 晋一氏

当日は本会場から生配信

『コロナ禍でのおうちごはん』

沖縄大学 講師
健康栄養学部 管理栄養学科
専門分野
調理学・給食経営管理

コロナに負けない！
簡単おうちごはん
で元気アップ！



講師 喜屋武ゆりか氏



←申込はこちらからもできます

講義場所：喜如嘉区公民館 ※定員20名 事前申込が必要です

申込期限：12月3日（金）

問い合わせ・申込先：大宜味村社協 電話 44-3800

参加当日は、マスク着用・筆記用具の持参をお願いします。