



2022年7月13日

報道関係各位

新村地区「シニア男性のための健康教室」のご案内

盛夏の候、貴社ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。日頃は大変お世話になっており、厚く御礼申し上げます。

下記日程にて、新村地区にお住まいの方を対象に「シニア男性のための健康教室」を全3回コースで開催いたします。松本大学のトレーニング施設・設備を使い、体力向上運動や血管年齢の測定などフレイル予防のための健康教室となります。

つきましては、ご多忙のところ誠に恐縮ですが、地域の皆様に広くご紹介いただくとともに、取材報道をよろしくお願いいたします。

記

- 【日時】 第1回目 7月16日(土) 10時～12時
第2回目 7月23日(土) 10時～12時
第3回目 7月30日(土) 13時30分～15時30分

【場所】 松本大学 6号館 2階トレーニング室

【講師】 人間健康学部 スポーツ健康学科
准教授 山本 薫 (健康運動指導士)

【参加費】 無料

※詳細は別紙案内にてご確認ください。

■本件に関するお問合せ先

松本大学 人間健康学部 スポーツ健康学科 山本 薫

e-mail: kaoru.yamamoto@t.matsu.ac.jp TEL: 0263-48-7200 (代表)



学校法人松本学園

松本大学

PRESS RELEASE

[発信] 松本大学入試広報室

〒390-1295 長野県松本市新村 2095-1
TEL0263-48-7201 FAX0263-48-7291
http://www.matsumoto-u.ac.jp

新村地区の皆様へ

全戸配布

あたらしの郷協議会
いきいき部会長 上條誠司

[シニア男性のための健康教室] への参加者募集

- 松本大学のトレーニング施設・設備を利用しての体力向上運動・血管年齢の測定などフレイル予防のため健康教室

1. 実施日・時間・場所及び募集人数

	実施日	時間	場所	募集人数
1回目	7月16日(土)	10時～12時	松本大学	10名
2回目	7月23日(土)			
3回目	7月30日(土)	13時30分～15時30分		

*1] 3回連続参加を原則とします。

*2] 募集人数オーバーの場合はキャンセル待ち

2. 講師

松本大学 人間健康学部 スポーツ健康学科 健康運動指導士
准教授 山本 薫 さん

3. 申込締切日

7月11日(月)

[申し込み先] 新村地区福祉ひろば ☎48-0373

4. 実施事前説明会

7月14日(木) 14時～ (別途 個人別に連絡)

5. 参加費用

無料 (但し スポーツ保険に加入する場合は別途徴収)

■本件に関するお問合せ先

松本大学 人間健康学部 スポーツ健康学科 山本 薫

e-mail: kaoru.yamamoto@t.matsu.ac.jp TEL: 0263-48-7200 (代表)