

2023 セガサミーカップ

千歳市内で開催されているゴルフの大会に
大学としても初参戦！



ワークショップ & ステージ発表

ワークショップ

- 世古俊明教授と小川峻一講師
「生活習慣病の予防と運動」
- 伊藤俊一学長
「身体を動かして腰痛予防」

ステージイベント

- 小川峻一講師
「子どものロコモ予防」

「生活習慣病の予防と運動」

- 日常に活かせる糖尿病・高脂血症・高血圧予防の具体的な運動について、参加者へレクチャーしました。



「身体を動かして腰痛予防」

- 腰痛の基礎知識や日常生活の注意点、予防・治療のための自己管理法などについて説明。また、参加者の方にも実際に身体を動かし、体験していただきました。



「子どものロコモ予防」

こどものロコモについての講話後に
簡単な子どもロコモチェックやロコモ予防
体操、生活でのアドバイスをを行いました！
多くのお子様にご参加いただけました。
ありがとうございます！





感想・相談
依頼

地域のイベントや健康増進活動
におけるサポートなど
いつでもご相談ください

HPより問い合わせをお待ちしています！



北海道千歳リハビリテーション大学

