

## 第3回 学習会

### 「地域住民の健康維持と支援者に必要な 視点～栄養、運動、睡眠～」



講師：河合美香先生（龍谷大学法学部教授）

第3回目の学習会は、アスリートとしての経験を活かして健康づくり政策へ提言を行われている河合美香先生をお招きして、地域住民の健康維持に向けた支援者に必要な視点についてご講演して頂けることになりました。

今後、当協会から地域にむけて健康推進プランを発信するうえで基礎となる内容です。

開催日時：2023年7月9日（日）13:30～15:30

開催方法：ZOOMミーティング

参加費：1000円 オンデマンド配信の視聴も含まれます

申し込み後に振込のご案内をいたします

申込締切：ZOOM参加希望の方は6月21日(水)、他7月31日(月)

\*参加費の支払いを確認後に参加URLをお伝えします

更新単位：当日のカメラオンでZOOMに参加した方のみコンチネンズリーダー2単位

申し込み：[こちらをクリック](#)申し込みフォームが開きます

オンデマンド配信：7月10日(月)～8月10日(木)

\*オンデマンド配信にはディスカッションの様子は含まれません。また、更新単位の付与もありません。

健康推進プラン委員会では、地域でのフレイル予防に排泄ケアを連動させたプログラムの展開を目標に活動を続けています。

会員の皆様と一緒に学びながら仲間を増やし、地域での積極的な予防活動に近づけていきたいと思っておりますので、沢山の皆様のご参加をお待ちしております！

お問合せ：[health@jcas.or.jp](mailto:health@jcas.or.jp) 日本コンチネンズ協会 健康推進プラン委員会