

企画は、青森県立保健大学看護学科2年生と
弘前大学、弘前学院大学の学生

「短命県返上！を目指し、ヘルスリテラシーアップ」

大学生
プレゼンツ

「元気フェスタ! Part II」

からだを知ろう
運動をしよう
食事を考えてみよう
リラックスしてみよう
おはなししよう
遊んでみよう

日時 平成28年12月23日(金)

10:00~14:00

場所 アピオあおもり(全館)

青森市中央3丁目17の1

血圧などの測定やリズム・ストレッチ体操、
足湯やハンドマッサージなどを実施します。
小さな子ども達の遊び場もありますよ！
大学生との楽しい交流の中で自分のカラダの事、
健康に関する事について楽しく学びませんか！

皆さん来てね！

参加無料！



ハンドマッサージ



高齢者疑似体験



骨密度測定

血圧測定・四肢血圧測定



リズム体操

★平成28年度 青森県立保健大学 健やか力(ヘルスリテラシー) 向上サポート活動