

～令和6年度～ 健康の森 シニア大学校

明日からの
健康づくりに
活かしませんか？



【問い合わせ先】

地域包括支援センター

☎(076)－476－9400

【受講対象者】

市内在住の

65歳以上の方

【日程】毎週金曜日（全7回）

【時間】午後1時30分～

3時00分

（受付：午後1時～

午後1時30分）

【場所】

富山医療福祉専門学校

（滑川市柳原149－9）

【定員】各20名



【受講料】 無料

【持ち物】動きやすい服装
内履き、筆記用具
飲み物

※講義は、
富山医療福祉専門学校の
教員が担当します！



※今後の感染拡大状況によっては、日程・
実施内容を変更する場合がございます。

～受講内容～

科目Ⅰ：健康寿命の延伸、
健康づくりについて
理解する

科目Ⅱ：骨・関節・筋の役割
について学ぶ

科目Ⅲ：脳・神経の役割に
ついて知る

科目Ⅳ：心臓・肺・血管と
自律神経の役割
を学ぶ

科目Ⅴ：いざというときの
ための介護を学ぶ

科目Ⅵ：食事と栄養、水分と
薬物摂取について学ぶ

科目Ⅶ：健康に過ごすための
社会参加、住環境に
ついて学ぶ

【申込み期日】

【春期講習】5月7日(火)×切

【夏期講習】6月25日(火)×切

【お申込み方法】

電話

★地域包括支援センター
☎(076)-476-9400

又は

QRコード

★下記のQRコードを
読み取り、
必要事項を入力してください。



①導入編

春期講習

1	5月10日 (開校式)
2	5月17日
3	5月24日
4	5月31日
5	6月7日
6	6月14日
7	6月21日

夏期講習

1	6月28日 (開校式)
2	7月5日
3	7月12日
4	7月19日
5	7月26日
6	8月2日
7	8月9日

★各講習の内容は同じです！

②基本編(秋期講習)

「①導入編」を受講されたのみ
受講可能です！
(後日ご案内します)

★「開校式」当日に、日程と受講内容が記載
されたものをお配りいたします。