

2016年4月28日

HOBIA NEWS No.327

目次

- HOBIA 平成28年度 総会・例会のお知らせ
- 北翔大学学長教養講座開催のご案内

● HOBIA 平成28年度 総会・例会のお知らせ

- 日時 平成28年6月3日（金）

| | |
|-----|---------------|
| 理事会 | 11:00 ~ 12:00 |
| 総会 | 13:00 ~ 14:00 |
| 例会 | 14:15 ~ 17:00 |
- 場所 北海道大学 百年記念会館 大会議室（札幌市中央区北9条西5丁目）

HOBIA 第122回例会

HOBIA 平成27年度通常総会に引き続き 北海道大学 百年記念会館にて開催

参加費： 会員無料、非会員は資料代として 千円

※ 内容詳細は決定次第お知らせ申し上げます。

17:30 ~ 19:00 交流会（参加費 4千円）

会 場：札幌アспенホテル（札幌市北区北8条西4丁目 TEL011-700-2111）

● 北翔大学学長教養講座開催のご案内

HOBIA 顧問で北翔大学・北翔大学短期大学部学長の西村弘行先生の教養講座開催をご案内いたします。次ページご案内でお申込方法が往復はがきのみとなっておりますが、HOBIA 会員の皆様は、直接 e-mail で西村先生にお申込いただけます。

西村弘行先生に直接 nisimura@hokusho-u.ac.jp

住所、所属、氏名、電話番号をお送りくだされば登録になります。会費 800 円は、当日受付でお支払いください。

なお、お申込締切は5月6日ですが、定員に達しましたら、募集終了となりますのでご希望の方は、お早めにお申込ください。



北翔大学・北翔大学短期大学部
学長 西村弘行

『食生活と運動による美肌と健康の維持』 ～ 薬膳試食体験と運動方法 ～

5月14日(土)

講演 10:00～11:30 北翔大学 723教室

試食 11:40～12:45 北翔大学 PAL4階 食堂



生涯スポーツ学部スポーツ教育学科
准教授 上田知行

今日、食生活と運動による健康寿命の延伸が注目されています。今回は、美肌と健康を考えた食生活のお話とその食事体験および健康増進のための運動法を学びます。

特に本学では、道内各地で認知症予防や介護予防につながる運動指導を、本講座講師の上田知行准教授を中心に行っており、その実践的運動法について、座ったままでできる手軽な体操の体験を交えて、興味深いお話をします。食生活と運動による健康寿命の延伸が注目されています。今回は、美肌と健康を考えた食生活のお話とその食事体験および健康増進のための運動法を学びます。特に本学では、道内各地で認知症予防や介護予防につながる運動指導を、本講座講師の上田知行准教授を中心に行っており、その実践的運動法について、座ったままでできる手軽な体操の体験を交えて、興味深いお話をします。

【薬膳メニュー】

行者ニンニク活用の消臭餃子、動脈硬化予防のタマネギ料理、美肌維持のコンニャク料理など5～6品目、ご飯、味噌汁

材料費：800円（税込み 当日受付にてお支払い願います） 定員：120名

申込締切：5月6日（金）消印有効

申込方法：往復はがきのみ（お一人1枚）

講座名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年代をご記入の上、お申ください。

申込先：〒069-8511 江別市文京台 23 番地

北翔大学地域連携センター（旧エクステンションセンター）

問合せ先：011-387-3939（地域連携センター直通）

HOBIAのホームページ <http://www.hobia.jp>

NPO法人 北海道バイオ産業振興協会
札幌市北区北21条西12丁目コラボ北海道内
Tel&Fax (011) 706-1331
e-mail: jimu@hobia.jp