

日本の糖尿病患者は517万人。糖尿病が強く疑われる者は1000万人を超え、合併症には「糖尿病網膜症」「糖尿病性腎症」「糖尿病性神経障害」があり、生活に大きな影響を与えます。

糖尿病予防の取り組みは、食事、運動、健診とされています。

今回は、糖尿病予防の運動に取り組む時の「姿勢」について学びます。

運動を継続するためのからだと姿勢の関係

日時：2022年11月23日（水）13:30～15:30

＊受付は13:00から

場所：聖泉大学本館実習室（彦根市肥田町720番地）

対象：地域住民，大学生など約30名程度

内容：運動と姿勢の関係のお話し・姿勢改善実演

～講師の紹介～

井内 隆詞先生 （健康科学博士）



■オーストラリア公立マードック大学 健康科学部卒業
健康科学士取得

■韓国ハンソ大学院 健康増進学部卒業
健康科学博士号 取得

■元大阪観光大学客員教授

■一般社団法人日本姿勢検定協会 代表理事

■2017年度第7回世界手技療法会議 最優秀功労賞受賞

参加費無料

参加特典

- ①ブルーボトルのミネラルウォーター
- ②姿勢チェックシート
- ③姿勢改善体験など



【申し込み】



こちらのQRコード
または裏面の
予約・問い合わせ先へ
お電話ください

【同日開催】 夜のブルーライトアップ

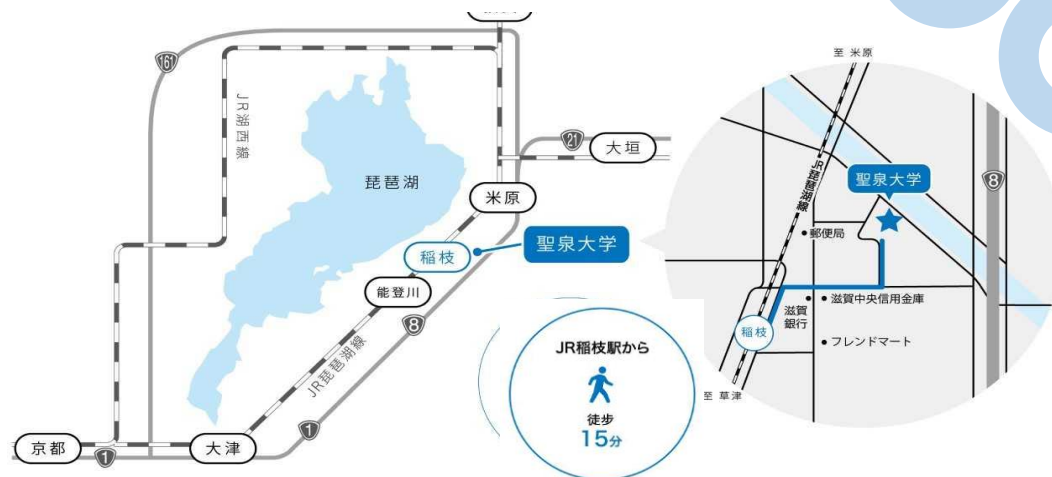
時間：日没～21時

場所：聖泉大学体育館

見る・撮る・載せる：無料

＊ブルーサークルの意味：国連の旗の色やどこまでも続く空を表す「ブルー」と、団結を表す「輪」をデザイン。

交通手段について



主要駅から稲枝駅までの所要時間

- JR米原駅から約15分
- JR近江八幡駅から約11分
- JR草津駅から約30分

車でのアクセスの目安

- 湖東三山ICから車で17分
- ※ 学生用駐車場をご利用ください

感染対策のため、当日、健康管理チェックシートの記入をお願いしています。
当日の朝、体温を測り、発熱や体調の悪い場合は、参加をお控えください。

健康管理チェックシート

おなまえ _____ 連絡先 _____

本日検温した、体温を記入してください。	_____ °C
---------------------	----------

* 過去2週間（本日を含む）における体調及び状況について、お伺いします。

確 認 項 目	症状の有無
37.0℃以上の発熱または平熱比1℃超過の症状がありましたか	有 ・ 無
咳やのどの痛み等、風邪の症状がありましたか	有 ・ 無
身体のだるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）の症状がありましたか	有 ・ 無
身体が重く感じたり、疲れやすい等の症状がありましたか	有 ・ 無
味覚・嗅覚の異常がありましたか	有 ・ 無
新型コロナウイルス感染症の陽性または疑われる方との濃厚接触がありましたか	有 ・ 無
あなたや家族・同居人で過去2週間以内に海外渡航歴がありますか	有 ・ 無

※上記確認項目に1つでも「有」がある場合、またはご自身の健康状態に疑義や不安を感じられる場合は、来校を控えてください。

※来校時は、マスクを着用し、本館玄関でサーモカメラでの検温及びアルコール消毒を行ってください。

※個人情報の取り扱いについて

- ・健康チェックシート（以下、本シート）は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来校者の健康状態を確認することを目的としています。
- ・本シートに記入いただいた個人情報は、本学が管理・保管し、来校者の健康状態の把握及び必要な連絡をする際にのみ利用し、承諾なしに第3者へ情報を提供することはありません。また、1ヶ月後に個人が特定できない形で完全に破棄します。
- ・来校者、関係者に新型コロナウイルス感染症の疑いが発生し、保健所等の公的機関から情報提供を求められた場合は、本人の承諾を得ず情報提供する場合がありますので、予めご了承ください。
- ・上記に関してご理解のうえ、記入・署名をいただき、当日担当者に提出をお願いします。

【予約・問い合わせ先】

地域連携交流センター

☎0749-43-7523/ ✉renkei@seisen.ac.jp

※万が一、中止の場合は申し込みにいただいたメールアドレスへ、こちらのアドレスからご連絡申し上げます。