

2026



授業科目:地域保健活動演習

学生と一緒に体を動かそう!

# 東京医療保健大学「健康づくりの会」

## 5/8(金) ~ 6/5(金)

### 14:00~15:30 [全5回]

日程	第1回 5/8 (金)	第2回 5/15 (金)	第3回 5/22 (金)	第4回 5/29 (金)	第5回 6/5 (金)
内容	みんなで エクササイズ 交流会 		ちょこっと エクササイズ 人生会議 (もしバナゲーム)	ボッチャ 交流会 	

大学体育館で開催します  
上履きを持参し、動きやすい服装でお越しください

参加申し込みは 2026年5月7日(木) まで!

各日 先着40名

東京医療保健大学 健康づくりの会 お申し込み窓口

TEL : 03-5421-2086 FAX: 03-5421-2086

E-mail : [kenkodukuri@thcu.ac.jp](mailto:kenkodukuri@thcu.ac.jp)

全ての方に安心してご参加いただくため、以下について  
ご協力ください

- ▶ 参加いただける方は事前予約をお願いします
- ▶ 当日、体調がすぐれない場合は、参加をお控えください



2026

## 参加申込書

2026年5月7日(木)までにお申し込みください

東京医療保健大学「健康づくりの会」お申し込み窓口

TEL : 03-5421-2086

FAX : 03-5421-2086

各日 先着40名

E-mail : [kenkodukuri@thcu.ac.jp](mailto:kenkodukuri@thcu.ac.jp)

## ① 参加可能な日に○をつけてください

参加	月日	内容
	第1回 5月8日(金)	みんなでエクササイズ その1 交流会
	第2回 5月15日(金)	みんなでエクササイズ その2 交流会
	第3回 5月22日(金)	ちょこっとエクササイズ 人生会議 (もしバナゲーム)
	第4回 5月29日(金)	ボッチャ その1 交流会
	第5回 6月5日(金)	ボッチャ その2 交流会

開催時間：14:00～15:30 (受付 13:30～)

会場：大学体育館

## ② 以下の内容をお知らせください

お名前： (ふりがな)

ご住所：

お電話：

性別：

年代：20・30・40・50・60・70・80・90・100歳代

E-mail：

お預かりした個人情報は目的以外には使用しません

全ての方に安心してご参加いただくため、以下について  
ご協力ください

- ▶ 参加いただける方は事前予約をお願いします
- ▶ 体調がすぐれない場合は、参加をお控えください

