

令和7年度豊根村生涯学習講座

日本赤十字豊田看護大学指導

手のチカラ ～手から健康になろう！～ “握力測定”と“ハンドマッサージ体験”

握力の重要性を学んで、より健康になりましょう！

日 程

令和8年3月3日（火） 10：15～受付開始
12：00 終了予定

場 所

豊根村保健センター

講 師

日本赤十字豊田看護大学 講師 千葉朝子 氏
助教 田口栄子 氏

持ち物

フェイスタオル、ローション、ハンドクリーム

定 員

25名（先着順 村内在住・在勤の方）

申込み

2月26日（木）までに教育委員会にお申込みください
（申し込み用紙提出または電話）



昨年の生涯学習講座の様子

握力測定についての講義のあと、実際に握力測定とハンドマッサージを行います。

問い合わせ先：
豊根村教育委員会85-1611

——— 切りとり ———

3月3日生涯学習講座申込用紙

(代表) 氏名		男・女	年齢	歳
住 所	〒 —			
(代表) 連絡先				
※ 複数でお申し込みの際は、こちらに参加される方の氏名・年齢をご記入ください。				