

ポルト市民講座

2014
Autumn

健康フェスタ

11月8日 土
15:00~17:00

場所 ギャラリーA

例年この時期に行っている健康フェスタを今年度も開催いたします。

内容は、肥満改善・予防のための新しい食事療法（**満腹ダイエット**）の紹介やいろいろな健康度測定など盛りだくさんです。

この機会にポルトへお越しください。

入場無料！

講師：北翔大学生涯スポーツ学部 教授 沖田孝一

健康度測定

- ・ 血管年齢測定
- ・ 指先からの動脈硬化判定
- ・ 肺年齢測定
- ・ パソコンを利用した心血管障害発症リスクの計算

いろいろな
測定を実施！

◆主催

北翔大学北方圏学術情報センター
PORTO（ポルト）

電話：011-618-7711

<http://www.hokusho-u.ac.jp>

〒064-0801

札幌市中央区南1条西22丁目1-1

