

## 健康・スポーツ学科 次回の予定

### 第1回

「健康的な食生活でフレイル予防①」

日 程：2026年4月20日

時 間：10:00～12:00

場 所：704

講 師：櫻井彩

(リコンディショニングトレーナー)

持ち物：名札、筆記用具、学生ファイル、  
動きやすい服装、飲料  
電卓(スマホ内の電卓可)

その他：