

受講生募集

いきいき生活プロジェクト2026

～笑顔で健康寿命を延ばしましょう～

びわこリハビリテーション専門職大学

学生と教員が提供



テーマ「**健康寿命延伸**のため自身の体力・栄養・活動量を知ろう！」

全6回 土曜開催 各回 14:00～16:00 (受付13:30～)

日
時

5月 23日
6月 13日
7月 4日
9月 26日
10月 31日
12月 5日

測定

「体組成・体力測定 (5・9月)」、
「栄養・活動量アンケート」実施、結果返却など

講義

「体のしくみ」「筋肉について」「栄養の話」
「活動量と健康」など、季節や測定結果にあわせた健康寿命延伸に関する内容です。

「びわこいきいき体操」します！

募集要件

**東近江市シルバー人材センター
の会員で、年齢65歳以上の方**

元気な方はもちろん、「最近、身体が動きにくい」、「筋力の低下が気になる」、「自宅でできる体操に興味がある」方も是非ご参加ください！

参加費：無料 (先着30名)

申込〆切：5月18日(月)

申込

会場

〒527-0013 滋賀県東近江市東中野町4-5

保健子育て複合施設ハピネス 2階



東近江市シルバー人材センター TEL 0749-45-3422 Fax 0749-45-8022

びわこリハビリテーション
専門職大学

TEL 0749-46-2311 Fax 0749-46-2313

裏面の申込書にご記入のうえ、**FAXまたは郵送**でご送付ください。

※お電話でのお申し込みは、①氏名 ②性別 ③生年月日・年齢 ④住所 ⑤電話番号をお伝えください。

「環びわ湖大学・地域コンソーシアム」大学地域連携課題解決支援事業2026

(主催) びわこリハビリテーション専門職大学・東近江市

(共催) 公益社団法人 東近江市シルバー人材センター

【いきいき生活プロジェクト2026 参加申込書】
参加申込される方は、以下をご記入の上お申し込みください。

(申込先) 東近江市シルバー人材センター
TEL 0749-45-3422
FAX 0749-45-8022

びわこリハビリテーション専門職大学
TEL 0749-46-2311
FAX 0749-46-2313

① (ふりがな) ()
お名前

② 性別 男 ・ 女

③ 生年月日 (年齢)

年 月 日 (才)

④ お電話番号

⑤ ご住所 〒

お申込期日 5月18日 (月)迄