



兵庫医科大学



神戸みなと温泉
厚生労働大臣認定 健康増進施設

2024年度 ポーアイ4大学による連携事業

リラクセーションを取り入れた 健やかな生活を目指して

～家庭に役立つ看護技術講座シリーズ～



第1回

・便利は寝たきりへ一直線！

来るべき体の変化へ先行投資！

現代の日常生活の問題点を掘り下げる。特に整形外科的症状についての運動療法の実践

2月18日(火)14:00～15:30 M304実習室

第2回

・今、なぜリラクセーションなのか？

心と体のリラクセーションと温泉・温浴療法の実践

体だけでなく心にもスポットを当てて掘り下げていく自宅などでの温泉・温浴療法のポイントを解説

2月25日(火)14:00～15:30 M304実習室

第3回

・リラクセーションのミニ講座と 手浴・ハンドマッサージ

教員によるミニ講座と学生によるアロママッサージです！



3月3日(月)14:00～15:30 M302実習室

【第1回・第2回】講師：神戸みなと温泉 蓮 赤川 貴弘

(健康運動指導士・温泉利用指導者)

★動きやすい服装でご参加ください。座ったままできる演習(体験)があります。

【第3回】講師：看護学部 鈴木 みゆき

スタッフ：基盤看護学教員と看護学部学生

開催場所：兵庫医科大学 神戸キャンパス
定員：なし(第3回のみ20名)

申込方法：裏面参照

1回のみでも
参加可能です！





リラクセーションを取り入れた 健やかな生活を目指して

申込方法 メールもしくはFAXにてお申し込み下さい。

問合せ先 兵庫医科大学 地域連携実践ステーション

078-304-3013(受付時間:平日9時～17時)

お申し込み先:chi-ki@ml.hyo-med.ac.jp

メール申込用QRコード



今回、FAXでお申し込みの方は、この用紙にご記入の上、下記までご送信ください。

FAX送信先 078-304-2713



お申し込み表



ふりがな		性別
お名前		男 ・ 女
希望日	☐ 2月18日(火) ☐ 2月25日(火) ☐ 3月 3日(月) 参加できる日に☑を入れて下さい	
連絡先 電話番号	()	

ご記入頂いた個人情報、本企画の目的以外には使用いたしません

