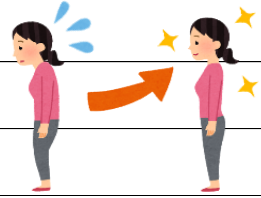




北海道科学大学 公開講座

講座名	「腰痛教室～腰痛と上手に付き合うために～」	参加無料
日時	平成28年11月17日(木) 10時00分～11時30分	腰痛症はとて多くのひとが抱えている身体の不調です。腰痛はあらゆる日常生活動作に支障をきたし、多くのひとが痛くなったり良くなったりを繰り返します。本講座ではいわゆる腰痛症とどのように付き合っていくか、良い姿勢・悪い姿勢とは、家でもできる腰痛体操など実技を交えてお話ししたいと思います。 ※当日は動きやすい格好でお越しのうえ、上靴をお持ちください。
会場	北海道科学大学 C棟2階 C225	
申込締切	～平成28年11月11日(金)	
定員	30名(一般の方)	
講師	北海道科学大学 理学療法学科 助教 井野 拓実	



講座名	「冬道を安全に歩くために」	参加無料
日時	平成28年11月30日(水) 10時00分～11時30分	札幌のような多量降雪地帯では、屋外を歩くとき常に転倒の危険が生じます。冬道での転倒は骨折などにもつながるため、転倒予防は非常に大切と言えます。そこで冬道を安全に歩くために必要なことを様々な視点から紹介し、中でも身近な福祉用具である「杖」について理解を深めていきます。
会場	北海道科学大学 A棟3階 A311	
申込締切	～平成28年11月28日(月)	
定員	50名(一般の方)	
講師	北海道科学大学 義肢装具学科 准教授 敦賀 健志	



申込方法

電話

011-676-8664 にお電話いただき、以下の項目をお伝えください。

メール

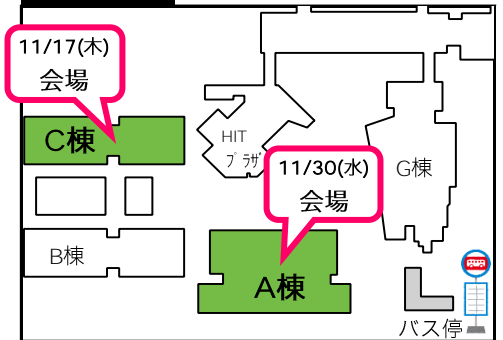
以下の項目を本文に記入し chiiki@hus.ac.jp にお送りください。

①氏名 ②住所 ③電話番号 ④参加希望講座名

会場: 北海道科学大学

札幌市手稲区前田7条15丁目4-1 (JR手稲駅からバスで約9分)

構内地図



HUS子育て支援カフェ

第7回 親子で遊ぼうリトミック～リトミック・制作・パネルシアター～

日時: 平成28年10月28日(金) 10時00分～12時00分

場所: 北海道科学大学 C棟5階 C501

講師: R&Mプラン (沼畑理恵氏・筒井倫子氏)

対象: 1歳6ヶ月以上のお子様とお母様 ※託児はありません

(リトミックに楽しく参加するにはある程度歩行が完了していることが必要です)

費用: 無料

★持ち物★

お子様用の汗ふきタオル・着替え・おやつ・飲み物

★お子様の服装★

温度調整しやすく、裸足になりやすい服装

定員15組

申込受付中です!



北海道科学大学
北海道科学大学短期大学部
+Professional

お問い合わせ

電話
E-mail

011-676-8664
chiiki@hus.ac.jp

土日・祝日を除く
9:00～17:00

学校法人北海道科学大学 教育研究推進課 地域連携係
〒006-8585 北海道札幌市手稲区前田7条15丁目4-1 HP: www.hus.ac.jp