

ホームカミングデー2023 スケジュール

時 間	実 施 内 容	
9:30～	受 付	
10:00 ～11:00	特別講座Ⅰ 『あなたの足腰は大丈夫？ ～ロコモティブシンドロームとフレイル～』 講師：健康マネジメント専攻教授 太田あや子先生 参加費：1,000 円	特別講座Ⅲ（公開講座） 日本料理：『季節のてんぷらと赤だし』 講師：武蔵丘短期大学客員教授 中村昌次先生 (現代の名工、黄綬褒章受章) 参加費：2,500 円(昼食付)
11:15 ～12:15	特別講座Ⅱ 『グループエクササイズのポイントを学ぶ ～ヨガの体験レッスンを通してコツをつかもう～』 講師：矢島しのぶ先生 浅見恵先生 【持ち物】運動のできる服装 飲料 参加費：1,500 円(昼食付)	【持ち物】 筆記用具、エプロン、バンダナ
12:15～	昼食・休憩（学生食堂）	
13:00～	受付（懇親会参加費：500 円）	
13:30 ～15:00	懇親会 同窓会長挨拶・学長挨拶・役員紹介・現状報告 等	