

スマートウォッチで 睡眠や運動を チェック



スマートウォッチ
貸出します！

～人生100年時代を乗り切る身体をつくりませんか～



スマートウォッチ（貸出）を使って
自分の健康状態を計測し、
自分に合った目標を設定して
生活習慣を見直します。



講師
と
日時

広島大学大学院
人間社会科学部研究科教授

田中 亮さん他

10月13・27日

11月10日 (全3回)

いずれも

火曜日 18:00～20:00

場所

東広島市市民文化センター(西条西本町28-6)

定員

20人(抽選) ※受講決定者のみメールで通知します

持参物

スマートフォン ※必須 (Googleアカウントの設定が必要となります)

締切

10月6日(火)

申込

WEBまたはメール

①講座名 ②お名前(ふりがな) ③郵便番号・住所 ④電話番号

お申込み・お問合せ

公益財団法人 東広島市教育文化振興事業団学び推進課

〒739-0043 東広島市西条西本町28番6号

Mail kouza-manabi@hhgrows.org

TEL (082) 421-1160

お申込はこちらの
二次元コードか
らもできます

