

報道機関 関係者の皆様へ

今年で 10 年目！高齢者の健康増進イベント 「第 18 回高齢者元気サポート」を開催します

北海道科学大学（札幌市手稲区前田 7 条 15 丁目 4-1）は、札幌市手稲区を中心とした地域の高齢者の健康増進イベント「第 18 回高齢者元気サポート」を開催します。

本イベントは地域の高齢者を対象に血圧測定や身体計測、運動機能測定などを実施し、参加者が自身の健康状態を認識し、健康増進を促進することを目的に開催しています。2015 年から継続して開催しているイベントで、例年 100 名を越える参加者があります。また、運営には、情報科学部、薬学部、保健医療学部の教員、学生が関わっています。8 月に開催した第 17 回に引き続き、手稲保健センター（健康・子ども課）、雪印メグミルク株式会社と連携してブースを設置いたします。

是非、取材等のご協力をお願いいたします。

日時： 2026 年 3 月 10 日（火） 9:30～12:30（終了時刻は予定）

場所： 北海道科学大学 C 棟 5 階

対象： 65 歳以上の方

内容： 実技：身体機能をチェックしよう！

問診、血圧測定、頭の元気、お口の元気

公開講座：「座ってできる体操教室」

時間：①10:00～10:40

②10:50～11:30

※同じ内容を実施します。お好きな時間帯に参加ください。

相談コーナー：

おくすり相談、足と靴の相談、結果のお知らせ（継続者の方のみ）



本学のイベント詳細は
右記 QR コードからご確認ください。

