特定非営利活動法人
日本スポーツ栄養学会第12回大会
市民公開講座

健康とウェルビーイングを叶える歩き方

参加費 無料
事前申込不要
先着200名

2026
8/30(日)
13:15 ～ 14:45

『〇〇のために〇〇歩歩かなければならない』から、解放されてみませんか？歩くことは、単なるエクササイズではなく、自身の身体と向き合い、地域とつながるための優れたコンテンツです。本講座では、国内外のユニークな事例や科学的な知見を交えながら、『みんなで・ゆっくり』歩くことの驚くべき効果をお話しします。『私は私のままでいい』と感じられる、あなただけの心地よい歩き方を一緒に見つけましょう。
皆様のご参加を心よりお待ちしております！」

八王子市観光振興
PRキャラクター
はっちお～じ

帝京大学
八王子キャンパス
マスコットキャラクター
てぃーぼー
© TEIKYO

会場 帝京大学 八王子キャンパス ソラティオスクエア
3F 第5会場（S316） 〒192-0395 東京都八王子市大塚359

▶ 受付　ソラティオスクエア 1F ロビー（受付開始12:45～）
▶ 申込方法　事前申込不要　※当日は1F受付にお越しください。
▶ アクセス　「多摩センター駅」「高幡不動駅」より大学構内行きバスをご利用いただくと便利です。※専用駐車場はございません。

司会 江夏 直子
ハイパフォーマンススポーツセンター
／国立スポーツ科学センター

講師
佐藤 真治
帝京大学 医療技術学部
スポーツ医療学科 教授

物産販売

都内でも美味しい地場野菜を。
東京唯一の道の駅
道の駅 八王子滝山
HACHIOJI TAKIYAMA

市民公開講座とあわせてお楽しみください！
東京唯一の道の駅「八王子滝山」が出展！
新鮮な地場野菜や地域の特産品を
販売します。

▸ 主催　特定非営利活動法人日本スポーツ栄養学会第12回大会
▸ 共催　帝京大学
▸ 後援　一般社団法人日本臨床スポーツ医学会
公益財団法人健康・体力づくり事業財団、公益財団法人日本スポーツ協会
公益社団法人日本栄養士会、公益社団法人東京都栄養士会
NPO法人八王子市スポーツ協会、八王子市、日野市、多摩市
八王子市教育委員会、日野市教育委員会、多摩市教育委員会

▸ お問い合わせ先
特定非営利活動法人日本スポーツ栄養学会第12回大会 運営事務局
有限会社ヤマダプランニング
〒020-0857 岩手県盛岡市北飯岡1丁目5-5
tel 019-635-6011　fax 019-635-6033
E-mail 12jsna@yamada-planning.co.jp