

令和4年6月14日（火）、高校出前講座（羽幌高等学校）をオンラインで開催しました。

「サーガディアンリズムを整える睡眠ケア」（看護学第三講座 長谷川真澄教授）をテーマに、18名の高校1～3年生にご参加いただきました。

参加した高校生からは「サーガディアンリズムとはなにか、自分の生活にどのように活かせば良いのかがわかって面白かった。」などの感想をいただきました。

この高校出前講座は、青少年の健康意識の向上や保健医療職への理解を深めていただくことを目的として、保健医療学部地域貢献推進センター主催により開催しております。

オンライン公開講座の様子

