

東洋大学講師派遣事業

ゆとろぎ講座

ダイエットのための正しい基礎知識

あなたのダイエット、本当に正しいですか？

さまざまなダイエット法が紹介されている今だからこそ、科学的な根拠に基づいた正しい知識を身につけませんか？

2026. **9.12**

SAT

13:30 ~ 15:30

受講料
無料



プリモホールゆとろぎ 2階 講座室1

講師

おごう しげひこ

小河 繁彦 さん

(東洋大学 生命科学部生体医工学科 教授)



専門分野

健康・スポーツ科学、応用健康科学、循環生理学

経歴

2021年1月-2024年1月 ちふれASエルフェン（女子サッカーWEリーグ所属）、
埼玉マリU18フィジカル&コンディショニングコーチ

2024年4月-現在 東洋大学 生命科学部 教授

2024年7月-現在 東洋大学体育会女子サッカー部 フィジカルコンディショニングコーチ

申込方法
定員
問合せ

申込フォームまたはゆとろぎ窓口

50名（申込順）

羽村市教育委員会 生涯学習推進課
（プリモホールゆとろぎ内） TEL:042-570-0707



申込はこちらから

共催：羽村市教育委員会・東洋大学