

6月9日（土） 基礎コース

講義「血液検査や血圧の見方」 講師：和野 千枝子 先生



授業の前に骨密度を測定しました。測定を待っている間は自信のあった方が実際には悪かったりなど、あまり測定することのない骨密度を知ることが出来ました。

授業では健康診断の結果表を各自持参し、各検査項目の結果の見方、注意することなどを説明していただきました。実際に自分の数値で確認しながら説明を受けると、これから気を付けることや改善していくことなどがとてもわかりやすく、健康について学べた授業となりました。