

No.	日時	テーマ及び場所	講師
1	8月18日 (火) 午後2時～4時 学ぶ	開講式 場所；町役場 大会議室 講話① 「睡眠の基本を知る～からだところを整える眠りの科学～」 講話② 「壬生町の現状、第3期健康みぶ21の概要」	獨協医科大学 教授 宮本雅之先生 <small>みやもとまさゆき</small> 町健康福祉課
2	10月4日 (日) 午前10時～ 正午予定 遊ぶ	公開講座+体験 場所；町体育館 「めざせ！オリンピック種目ピククルボール体験～楽しく動いて、こころとからだをリセット～」	獨協医科大学 地域共生協創センター 副センター長 村山晴夫先生 <small>むらやまはるお</small>
3	11月頃 時間未定 結ぶ	住民主体の地域活動の見学 場所；児童館等 各グループの地域活動見学予定	獨協医科大学 助教 阿部美子先生 <small>あべよしこ</small> 健康大学修了生
4	12月又は令和9年1月 時間未定 学ぶ	講話③ 場所；獨協医科大学 「ぐっすり眠るためにできること～薬剤師が教える薬との上手な付き合い方～」予定 講話④ 「体を整える食事」予定	獨協医科大学病院 薬剤師 獨協医科大学病院 栄養士
5	令和9年2月頃 時間未定 学ぶ	閉講式及び修了式 場所；獨協医科大学 講話⑤ 「眠りを整えて、からだもこころも健やかに」予定	獨協医科大学 地域共生協創センター 副センター長 村山晴夫先生 <small>むらやまはるお</small>