報道資料

NEWS RELEASE 放送大学

2026 年 6 月 17 日

放送大学講演会のお知らせ

関根 紀子（放送大学教授）を講師として、7 月 11 日（土）に開催

「運動と健康を科学する　～あなたの知らない筋肉の世界～」

放送大学では、関根 紀子（放送大学教授）を講師として、オンライン講演会「運動と健康を科学する　～あなたの知らない筋肉の世界～」を開催いたします。

『「健康のために運動しなくては。。。」「運動不足はからだに悪い！」と，多くの人が考えると思います。では，どうして運動すると健康に良いのでしょうか。運動しないとからだで何が起こるのでしょうか。
本講演では，運動することやしないことが，からだや筋肉にどのような影響を与えるのかについてお話しします。あなたも自分の筋肉と向き合ってみませんか？』（関根教授談）

■ **日時**
2026 年 7 月 11 日（土）講演時間 14:00～15:45（13:30 より YouTube 接続可能）

■ **講師**
関根 紀子（放送大学 教授）　運動生理学／運動生化学／体力医学

■ **定員**
オンライン：500 名、会場参加：50 名
※申し込み受付は、7/10(金)12:00 まで。
※但し、定員になり次第、締め切らせていただく場合がございます。

■ **会場**
放送大学　東京文京学習センター（地下鉄東京メトロ丸ノ内線　茗荷谷駅より 3 分）

■ **主催**
放送大学　広報課　／　東京文京学習センター

■ **申し込み・オンライン参加／会場参加の詳細**
https://www.ouj.ac.jp/special/open_seminar/20260711.html

お問い合わせは
放送大学学園
総務部広報課 オンライン講演会担当
TEL ： 043-298-4288　受付時間／平日 10:00～12:00　13:00～17:00
Email ： koho_uketsuke@ouj.ac.jp