



学び舎の縁側 “こもれび”

気軽に
健康チェックが
できました

身体の心配を
相談できて
よかった



学び舎の縁側“こもれび” コミュニティ・カフェ開催
健康チェック・健康相談（毎回実施）＋特別企画
お茶やコーヒーを飲みながら、お友達作りをしてみませんか？
お気軽に健康相談もぜひどうぞ！

2026年 カフェの予定

飲み物・
クッキー付き

開催時間 13時～15時

日程 特別企画内容 ★：筋力測定も実施

6月20日（土）フレイルデータの結果報告

9月26日（土）学生企画健康教育 ★

12月19日（土）データ(骨密度・体組成)の
説明、解決策

2月13日（土）ボディメイク ★

以前に発行されている「こもれび健康手帳」をお持ち
の方は、ご持参ください。

開催
場所

東京情報大学 9号館3階
(千葉県若葉区御成台4-1)



バス利用：ＪＲ千葉駅東口から
御成台車庫行き「情報大正門」
下車（乗車38分）

モノレール：千城台下車、御成
台車庫行バス「情報大正門」下
車（乗車7分）

車：学内駐車場利用可