

ON AIR を コミュニティ-FM

4月からの新たな環境での生活、史上最大の連休となったゴールデンウィークで酷使した体は、知らないうちに悲鳴を上げているかも？ 最近体調が優れない、すぐ疲れてしまうという人もいるのではないのでしょうか。

そんな時は、毎週水曜に耳を傾けてください。午後0時25分から15分間 川崎医療福祉大副学長の放送の「健やかタイム」 小野寺昇先生しゅう 写真 います。



が、身近な話題から結びつく健康に関するワンポイントアドバイスを、科学的な根拠に基づいて引き込まれる先生の独特な語り口調は番組の特徴の一つ。何げなく聞いていても、健康や体力づくりについての情報が、ずっと頭の中に入ってきますよ。聴き逃した人は、翌週月曜午後7時から再放送でお楽しみください。

エフエム
くらしき
82.8
MHz

科学的根拠にアドバイス

(水曜、健やかタイム)

います。