2024 年　東京立正短期大学　R-GAP（Rittan 目標達成プログラム）
現コミ専攻　「健康寿命を伸ばすためには？」　担当：森田ゆい
課題提出用紙

氏名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

1　健康寿命を説明してください。

2　健康寿命と平均寿命との間でおおよそ何年ぐらいの差がありますか？

3　健康寿命を伸ばすと、どのような点で利点がありますか？

4　あなたなら健康寿命を伸ばすために、どんなことに気を付けて過ごしますか？
　3 点以上考えたことを書いてください。