

平成28年度

聖泉大学地域連携交流センター 公開講座

地域とつながる



聖泉大学地域連携交流センターでは、大学で取り組んでいる教育・研究成果を公開し、地域社会の生涯教育・健康・文化の発展に貢献することを目的として、健康・医療・福祉・心理・文化等に関わるテーマで地域住民の皆様を対象とした公開講座を開催しています。平成27年度は、『ナイチンゲールの看護思想』『地域包括ケアを進めるために』『ツレがうつになりまして』『世界と戦うジュニアジャパンの育成』の4講座を開催しました。

平成28年度は「高齢者と介護者の“こころと身体”の健康講座」の他に、新しく「地域で活躍するリーダー養成シリーズ」を開講し、学びたい方の知的好奇心や欲求に応えられるよう、新たな学びのきっかけづくりとなれらばと考えております。

地域連携交流センター長 間 文彦

1. 公開講座

毎回新規募集

今年度のテーマ『高齢者と介護者の“こころと身体”の健康講座』

現在、日本は超高齢社会に突入し、高齢者の多くは認知症になるリスクを背負っています。そこで、平成28年度は、高齢者の身体変化や認知症の基礎的な知識を得て頂くとともに、介護を担う家族のメンタルヘルスについて理解し、早期発見・対応・予防につなげることを目的に実施します。

毎回、新規募集をいたしますので、何回目からでも参加が可能です。

回	期日	時間	講座名	講座の特徴	講師
1	平成28年 6月25日(土)	13:30～ 15:00	楽しく歳を重ねるコツ ～高齢期の身体の特徴と 地域における取り組み～	高齢期の身体の特徴や変化について、わかりやすく要点を学びます。そのうえで地域でどのような健康づくりへの取り組みがなされ、効果をあげているのかをご紹介します。また、地域の活動に活かせる楽しい運動のコツや方法についてご紹介します。	多胡 陽介 人間学部講師 安孫子 尚子 看護学部講師
2	平成28年 8月20日(土)	13:30～ 15:00	身近な人が認知症 になったら	今や認知症について広く知られる病気となりました。しかし、身近な人が認知症になられた時、どう接して良いかわからないという声を聞きます。今回の講座を通して、皆さんと一緒に考えていきましょう。	安田 千寿 看護学部准教授
3	平成28年 11月20日(日)	10:30～ 12:00	介護者の生きるイメージ ～超越性と現実性～	スイスの分析心理学者 C.G. ユングは、リアリティを多層的に捉えた理論を提唱しました。本講座は彼の理論に基づき、介護者がどのようなリアリティを生き、どう苦しんでいるのかを考えるとともに、救いの可能性があると思えばどこにあるのかについて考えてみたいと思います。	新美 秀和 人間学部准教授

平成28年11月20日(日)は、聖泉大学学園祭「万聖祭」を開催します。

■受講料：無 料

■会 場：聖泉大学 455教室

■定 員：各講座とも100名

(定員になり次第締め切ります)



公開講座の様子

※平成28年3月現在で作成しております。最新の情報は、本学のホームページで公開するとともに、講座開始2～3か月前に各講座のチラシを発行します。

2. 地域で活躍するリーダー養成シリーズ～初級編～

今年度のテーマ『健康づくりリーダーの養成』 3回シリーズ

超高齢社会となった日本では、地域の健康づくりに関して、専門家だけでなく、地域住民が自主的に健康づくりを行えるよう自立(律)が求められています。そこで、今年度は地域の自主サークルや介護予防サークルなどで活躍する豊富な知識と技能を持ち合わせた「健康づくりリーダー」を養成します。「健康づくりリーダー」の養成により、リーダーどうしのつながりや情報交換の場が生まれ、地域のつながりを強化することを目的に実施します。

回	期日	時間	講座名	講座の特徴	講師
1	平成28年 9月10日(土)	10:00～ 12:00	体力測定と健康相談 ～自分の健康状態を 詳しく知ろう～	簡単な体力測定と健康チェックを行います。測定結果をもとに個人にあった目標設定とアドバイスをいたします。	間 文彦 看護学部准教授
2	平成28年 10月8日(土)	10:00～ 12:00	ノルディック・ ウォーキング体験	ノルディック・ウォーキングを体験したり、ウォーキングの細かなアドバイスや個人にあった楽な歩きを提案します。	多胡陽介 人間学部講師
3	平成28年 11月26日(土)	10:00～ 12:00	運動と心の健康 ～簡単な音楽体操やレクリ エーション活動を通じて～	音楽を用いた簡単体操でリフレッシュします！また、健康維持につながる楽しいレクリエーション活動を通じて、心の健康を考えます。	多胡陽介 人間学部講師

トータルコーディネーター：多胡 陽介(健康運動指導士)

■受講料：1回500円

■会 場：聖泉大学 教室・体育館・グラウンド

■定 員：30名 (定員になり次第締め切ります)

■修了証：3回全て出席された方には、
修了証書を発行します。

※傷害保険に加入しますので事前申込をお願いします。

＜受講における注意＞

●3回の講座全てで身体を動かします。医師から運動の許可を得た方のみご参加ください。●運動できる服装、靴でご参加ください。●タオル・飲み物等は、各自ご持参ください。



ノルディックウォーキングの様子

受講申し込み方法

受講をご希望の方は、はがき・FAX・Eメールのいずれかに、郵便番号・ご住所・お名前(ふりがな)・電話番号・受講希望講座名を記入し、下記宛先まで、お申し込みください。

定員になり次第締め切らせて頂きますので、ご了承ください。

★各講座の正式な募集チラシは、講座開始2～3カ月前に発行いたしますので、本学のホームページでご確認頂くか、下記までご請求ください。

★地域で活躍するリーダー養成シリーズは、傷害保険加入のため、お名前(ふりがな)・ご住所・生年月日が必要となります。

◆申込フォームは本学HPの公開講座ページにあります

聖泉大学 公開講座 検索

<お問い合わせ>

聖泉大学 地域連携交流センター 公開講座 係

〒521-1123 滋賀県彦根市肥田町720番地

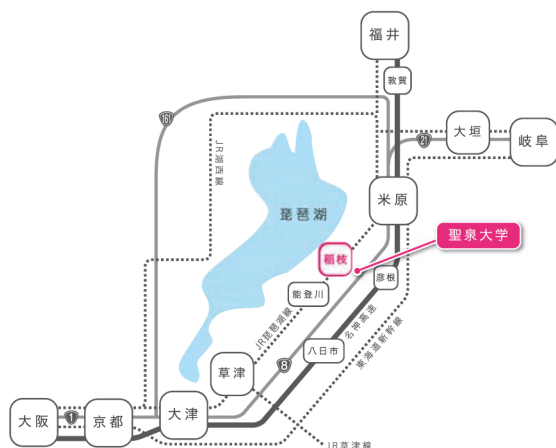
TEL 0749-43-7510 FAX 0749-43-5201

E-mail renkei@seisen.ac.jp URL <http://www.seisen.ac.jp/>

ご注意：天災や天候の激変、講師のやむをえない事情、その他突発的な事情により、講座の日時、内容を変更または休講する場合があります。なお、滋賀県に「暴風警報」「暴風雪警報」「気象特別警報」が発令された場合は休講します。

会場案内

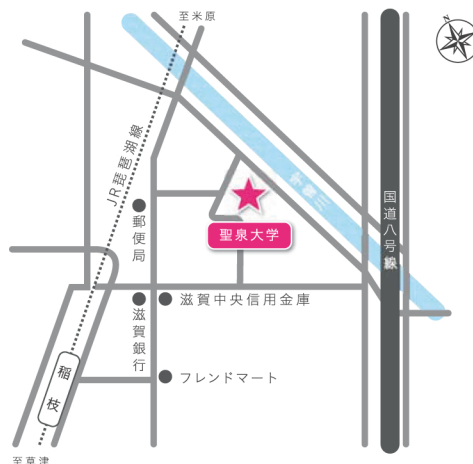
鉄道路線図



〈主要駅から稲枝駅までの所要時間〉

- JR米原駅から約15分
- JR京都駅から約50分
- JR大阪駅から約72分
- JR大垣駅から約50分
- JR敦賀駅から約65分
- JR福井駅から約115分

大学周辺マップ



〈駅からのルート〉

- JR稲枝駅から徒歩約15分
- JR稲枝駅からシャトルバス約3分