

平成28年度 聖泉大学 第1回公開講座

平成28年度のテーマ「高齢者と介護者のこころと身体健康講座」

楽しく歳を重ねるコツ

～高齢者の身体の特徴と地域における取組～

高齢期の身体の特徴や変化について、分りやすく要点を学びます。その上で地域でどのような健康づくり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もご紹介します。

入場無料

先着**100名**

平成28年

日時

6月25日(土)

13:30～15:00(受付13:00～)

場所

聖泉大学 455教室 (本館・4F)

滋賀県彦根市肥田町720番地

【講師紹介】

安孫子 尚子

聖泉大学 看護学部・講師

看護師と保健師の経験をへて、看護学科の地域看護学領域の教員となる。保健師として介護認定に係る業務や、地域包括支援センターで、高齢者の支援に携わった。現在、取り組んでいる研究は、高齢者が地域で行われる介護予防の自主グループ活動に参加するきっかけや継続参加する理由などである。



多胡 陽介

聖泉大学 人間学部・講師

地域の方と関わりながら健康運動の指導者を育成している。保有資格は、健康運動指導士、ノルディック・ウォーキング・インストラクターなど多数。専門分野は、スポーツ・バイオメカニクスおよびレクリエーション。現在の研究テーマは、「運動を楽しむために必要な身体感覚への気づき」。



主催：聖泉大学

地域連携交流センター

後援：彦根市

FAX:0749-43-5201・参加申込用紙(6月25日公開講座)

代 表 者	ふりがな お名前		
ご 住 所	(〒)		
電 話 番 号		F A X 番 号	
E メ ー ル	@		
お連れ様①	ふりがな お名前	お連れ様②	ふりがな お名前

お問い合わせ・お申込み先・会場アクセス

はがき・FAX・E-mail で受け付けます。

①郵便番号 ②ご住所 ③お名前(ふりがな) ④電話番号 ⑤講座名「楽しく歳を重ねるコツ」を記入し、下記宛までお申込みください。

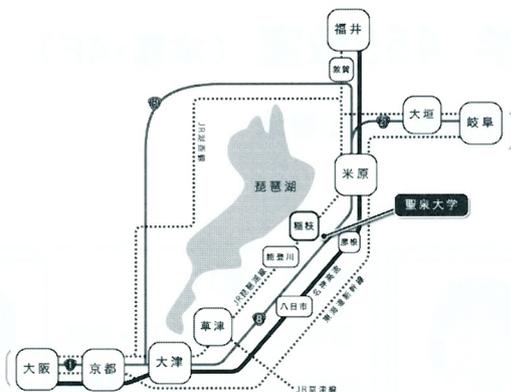
聖泉大学 地域連携交流センター 公開講座 係

〒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

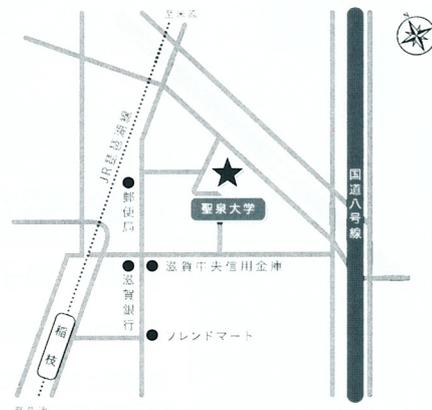
鉄道路線図



〈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大塚駅から約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

【シャトルバス】 6月25日(土)のみ 稲枝駅 12:50・13:05発の2便運行します。
終了時間に合わせて駅までのシャトルバスも運行します。