

受講料
無料
(要申込)

2019 市民大学公開講座

場所 修文大学・修文大学短期大学部 吉田記念館7階 大講義室 定員 前・後期各100名(先着順)

前期
テーマ

豊かな暮らしのために

◆午前10:00~11:30

10/2
水

かしこく食べて健康にー概日リズムと食事のタイミングー
修文大学短期大学部 准教授 田中 秀吉

10/16
水

インターネット、上手に使って安心LIFE
修文大学 講師 相撲 佐希子

10/23
水

ご存知! クラシック。
修文大学短期大学部 講師 高橋 早紀子

10/30
水

健康な暮らし方を考えよう!-AGEの身体への影響-
修文大学 准教授 飯盛 茂子

後期
テーマ

いきいきシニアライフ

◆午前10:00~11:30

11/6
水

身の丈で生きるということ
修文大学短期大学部 教授 中野 靖彦

11/13
水

認知症高齢者の権利擁護
修文大学 教授 山本 克司

11/20
水

高齢社会と栄養・食生活
修文大学 教授 吉野 佳織

11/27
水

価値あるお薬の飲み方
修文大学 教授 吉田 佳督

対象者 一般成人(一宮周辺在住者)

締切 前期9月18日(水) / 後期10月23日(水)

その他 託児を実施(各期初日現在、1歳6ヶ月以上4歳未満) 定員15名先着順(要申込)

修文大学
SHUBUN 修文大学短期大学部



一宮市教育委員会

一宮市・修文大学・修文大学短期大学部 包括連携事業

■申込先 / 修文大学 教務課 ☎0586-45-2101(代表)
一宮市教育委員会生涯学習課 ☎0586-85-7074(直通)
■主催 / 修文大学・修文大学短期大学部・一宮市教育委員会



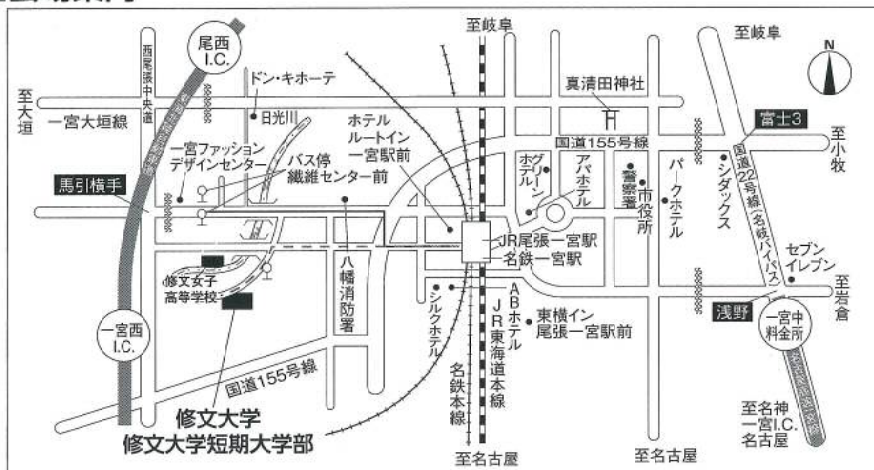
市民大学公開講座 講座内容

前期 テーマ 豊かな暮らしのために

後期 テーマ いきいきシニアライフ

期	月日	演題・講師	内 容
前 期	1回 10/2(水)	かしこく食べて健康に —概日リズムと食事のタイミング— 修文大学短期大学部 准教授 田中 秀吉	日常生活において健康を維持していく要因の一つに食習慣があげられます。日ごろ何を食べるかということも重要ですが、いつ・どのように食べるかという食事のタイミングも大切であることを考えてみましょう。
	2回 10/16(水)	インターネット、 上手に使って安心LIFE 修文大学 講師 相撲 佐希子	インターネットによるトラブルは増加しています。一方、高齢者においては孤独や認知症予防など、生活に変化や活力を引き出す道具としての利点もあります。今回、シニアを中心にしたインターネットによる積極的な社会参加の実例や、潜む問題点と対応策を示すことで、便利で楽しいインターネット活用への話題を提供します。
	3回 10/23(水)	ご存知! クラシック。 修文大学短期大学部 講師 高橋 早紀子	きっと誰もが聴いたことがあるクラシック音楽の名曲を、簡単な解説とともにピアノで演奏します。パッハやモーツァルト、ベートーヴェン、シューマン、ショパンは勿論、バルトークなど。
	4回 10/30(水)	健康な暮らし方を考えよう! —AGEの身体への影響— 修文大学 准教授 飯盛 茂子	最近の医療情報を交え、老化を促進する”サピ(酸化)”と”コゲ”(糖化)”のしくみ、特に糖化を進めるAGEが私たちの身体へどのような影響を与えているのか、暮らしの中でできるちょっとした工夫をお伝えします。
後 期	1回 11/6(水)	身の丈で生きるということ 修文大学短期大学部 教授 中野 靖彦	急速な情報化によって、人間関係が薄れてきた今の社会において、「人」の「間」にあるわれわれが、いかに自分の生活ペースを守り、自分らしく身の丈にあった生き方ができるか考える時である。
	2回 11/13(水)	認知症高齢者の権利擁護 修文大学 教授 山本 克司	超高齢社会における認知症高齢者が、自分らしく地域社会において生活できるようにするために私たちはどのように関わりをもてばよいかということの人権保障・権利擁護の視点から考えます。特に、講演では「高齢者虐待防止」をテーマにわかりやすくお話しいたします。
	3回 11/20(水)	高齢社会と栄養・食生活 修文大学 教授 吉野 佳織	高齢者人口の増加傾向に伴い、私達にとって高齢の方に対する「健康管理」は身近な課題となっています。加齢に伴う機能低下の特徴と、そこから展開される栄養や食生活の問題点を改めて認識することで、健康寿命の延伸、健康な高齢期を向かえる準備をしましょう。
	4回 11/27(水)	価値あるお薬の飲み方 修文大学 教授 吉田 佳督	近年ありがたいことに、効き目の高い医薬品が広く医療の場において利用されてきつつあります。また昨今、在宅医療への機運の高まりが認められます。そこで、もう一度「価値ある薬の飲み方」について学んでみませんか。

会場案内



駐車場案内

