

公開講座

健康ラボ

受講無料要申込み

～いろいろな視点から健康について考えよう～

9/23土

最先端医療から学ぶ、健康維持の秘訣

募集人数 100名

会場 / 浜松市市民協働センター

受付 13:10～

がんを知る

時間 13:30～15:00

がんの発症に影響を及ぼす遺伝子や環境要因などについて紹介します。

【講師】太田力 教授(医学博士)

これまで基礎研究者として国立遺伝学研究所及び国立がん研究センター研究所において、がんになりやすい体質の研究、がんの発症メカニズムの解明研究、がんの診断マーカー探索、抗がん剤の研究開発に携わる。平成29年4月から常葉大学保健医療学部教授に就任。



健康寿命を延ばす5つの習慣

時間 15:15～16:45

健康寿命に係る様々な要因を解説し生活習慣改善の手助けをします。

【講師】浅野 實樹 教授(心臓血管外科医)

心臓血管外科医として国内外施設で心臓移植も含め4000件以上の手術ならびに異種移植・フリーラディカル等の基礎研究に携わる。名古屋市立大学大学院病院教授を経て平成28年9月から常葉大学健康プロデュース学部教授に就任。藤田保健衛生大学医学部客員教授兼任。



全3回

未来を築く、家族と健康

募集人数 50名

会場 / 常葉大学 浜松キャンパス

時間 18:30～20:00 (受付 18:00～)

9/13水

生きる

～私たちが築く未来～

【講師】内山 秀和 教授(保健学博士)

9/20水

こどもの心の健康を
育む子育て、孫育て
で大切なこと

【講師】野藤 弘幸 准教授(作業療法士)

9/27水

親子・夫婦の絆を
深めるタッチケアの
効果について

【講師】柴田 俊一 准教授(臨床心理士)

全3回

こころとカラダのストレス管理

募集人数 50名

会場 / 常葉大学 浜松キャンパス

時間 18:30～20:00 (受付 18:00～)

10/4水

運動する人の
ための正しい
カラダの使い方

【講師】今井文 准教授(アスレティックトレーナー・理学療法士)

10/11水

健やかに働ける
組織とは
～仕事観の変化を踏まえて～

【講師】酒井 大策 講師(先端マネジメント博士)

10/18水

こころとカラダと
東洋医学

【講師】有馬 義貴 教授(鍼灸学博士)

※キャンパス講座は、全3回セットでのお申込みとなります。



申込方法

FAX・E-mail・はがきにて、以下の内容をご記入の上、お申込みください。

参加者氏名・年齢・性別・連絡先住所・TEL・FAX・E-mail・受講希望講座

詳しくは
裏面へ

お問い合わせ先

最先端医療から学ぶ、健康維持の秘訣

9月23日㊥ 募集人数:100名

がんを知る 時間/13:30~15:00	健康寿命を延ばす5つの習慣 時間/15:15~16:45
【講師】太田力 教授 (保健医療学部 理学療法学科)	【講師】浅野 實樹 教授 (健康プロデュース学部 健康柔道整復学科)
がん死亡者数は1960年ごろは10万人にも満たなかったが、現在は35万人を超えました。このまま推移すると、2人に1人は一度はがんにかかり、3人に1人はがんで死亡することになります。本講座では、がんの発症に影響を及ぼす遺伝子や環境要因などについて紹介します。	世界でも有数の長寿大国日本ですが、その平均寿命と健康寿命との差は9年以上あります。この間は濃密な医療や介護が必要となり自立生活を営むことが難しい期間といえます。最期まで活気に満ち生き生きとした人生を送る為に、本講座では健康寿命に関わる様々な要因を解説し生活習慣改善の手助けをいたします。

未来を築く、家族と健康

全3回 募集人数:50名

9月13日㊥ 生きる ~私たちが築く未来~	9月20日㊥ こどもの心の健康を育む 子育て、孫育てで大切なこと	9月27日㊥ 親子・夫婦の絆を深める タッチケアの効果について
【講師】内山 秀和 教授 (健康プロデュース学部 健康栄養学科)	【講師】野藤 弘幸 准教授 (保健医療学部 作業療法学科)	【講師】柴田 俊一 准教授 (健康プロデュース学部 こども健康学科)
現在まで私達は何をしてきたのだろうか。いろいろ失敗もした、良いことも見つけた。それを利用して今がある。将来に向けて一人一人が今できること。隣人とそして世界のひと。世界保健機関(WHO)の目指す人類の姿と私。医療統計から見える未来を考えます。	優しい子になってほしい、友だちがたくさんいる子になってほしい、ひとの気持ちがわかる子になってほしい。親の願い、おじいさんおばあさんの願いをかなえる、子どもの心育てについて、具体的な育児をお話します。	親子関係の基礎である愛着や夫婦関係の絆を形成するオキシトシンというホルモンは、肌と肌の触れ合い、タッチケアなどで分泌されます。実習を含めてタッチケアについて学びます。

こころとカラダのストレス管理

全3回 募集人数:50名

10月4日㊥ 運動する人のための 正しいカラダの使い方	10月11日㊥ 健やかに働ける組織とは ~仕事観の変化を踏まえて~	10月18日㊥ こころとカラダと東洋医学
【講師】今井 丈 准教授 (健康プロデュース学部 心身マネジメント学科)	【講師】酒井 大策 講師 (経営学部 経営学科)	【講師】有馬 義貴 教授 (健康プロデュース学部 健康鍼灸学科)
高齢化社会に伴い、中高年のスポーツブームはますます活発化しています。しかし加齢とともに骨、関節、筋肉、腱などの変化があるために、軽微な外力による外傷や使い過ぎによる障害を比較的に発生しやすくなります。そこでその要因を理解し、予防としての正しいカラダの使い方を学びます。	近年、若者を中心として仕事観が大きく変化しています。このような変化を踏まえ、組織が健やかに働く場として機能することが、組織の発展に必要な要素となっています。本講座ではこのような変化を基礎とし、健康をキーとしながら望まれる組織、働き方について講義いたします。	東洋医学では、「精神的なストレスは気や血の動きに影響し、心や身体におこる様々な症状の原因になる」と考えます。ヒトの心(精神)と身(肉体)はどのように関連していると考えているのか、その考え方を普段の生活や自己管理に活用できる知恵や方法として紹介します。

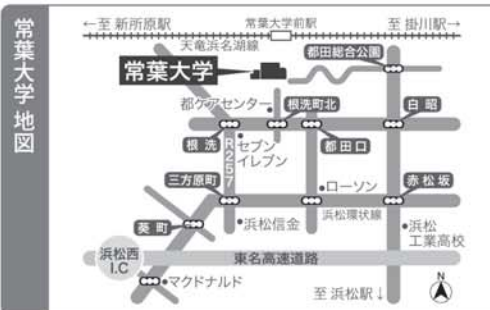
※講座の録音・録画は不可とさせていただきます。※講座によって募集人数が異なりますのでご注意ください。※しずおか県民カレッジ連携講座として登録しています。※申込み期間中でも、定員になり次第、締切りにさせていただきます。※原則受付受理後の返信は行いません。定員を満了した場合はご連絡させていただきます。※個人情報厳正に管理し、本講座以外の目的には使用しません。

アクセス



- 電車/JR東海道線・新幹線「浜松駅」下車 徒歩8分。遠州鉄道西鹿島線「遠州病院駅」下車 徒歩2分。
- バス/路線バス(バスターミナル10番のりば) 遠州鉄道「県総合庁舎」下車 徒歩1分。循環バス(バスターミナル12番のりば)くるまちなか東ループ「県総合庁舎」下車 徒歩1分。

※当施設には、専用駐車場がございません。近隣の駐車場または公共交通機関のご利用をお願いします。



- 電車/天竜浜名湖鉄道「常葉大学前駅」下車 徒歩12分。
- バス/JR浜松駅(北口バスターミナル16番のりば)より45分。都田線(市役所経由)都田行「常葉大学正門」バス停下車。

※お車での来場も可能です。

その他の常葉大学主催イベント

日程	イベント名	内容
10/1(日)	健康ウォーク 2017	ウォーキングで心も体も生き活きと!
10/7(土)	北区★市民のための健康フェア	健康に関するお悩みに専門家がアドバイスします。
11/4(土) 11/5(日)	都田朝市、キトルス祭	地域の特産品市。年に一度の大学祭も同日開催。
11/4(土) 11/5(日) 11/19(日)	スポーツフェスタ	子どもからお年寄りまでオリンピック競技を体験しよう!

※日程が変更になる場合がございます。

申込方法

FAX

下記の申込欄にご記入の上、下記宛てにFAXしてください。

E-mail 又はハガキ

参加者氏名、年齢、性別、連絡先住所、TEL、FAX、E-mail、受講希望講座を明記の上、下記宛てにお送りください。

申込先

常葉大学 浜松キャンパス 公開講座担当 〒431-2102 静岡県浜松市北区都田町1230番地
FAX (053)428-2900 **E-mail** tokohamakouza@hm.tokoha-u.ac.jp

FAX用	氏名	年齢	性別	TEL	
	住所			FAX	
	受講希望講座に○をつけてください。	最先端医療から学ぶ、健康維持の秘訣	未来を築く、家族と健康	E-mail	こころとカラダのストレス管理