

第7回 関西福祉科学大学 公開講座

健康の世界



多様なストレスの中で生きている私たちが、健康について考えることは大切です。健康にかかわるさまざまな視点を通して、「健康の世界」を覗いてみませんか！今回の公開講座では、毎週2講座を用意いたしております。

第1講 10月10日(土)

「健康の概念の変遷」

健康福祉学部 健康科学科
学科長/教授 廣澤 巖夫

「健康」という言葉は、日常生活でよく使われます。しかし、「健康」とは一体どのような状態なのでしょう？WHO(世界保健機関)の定義をもとにひも解いていきます。

「高次脳機能と健康」

健康福祉学部 健康科学科
教授 八田 武志

交通事故などの脳外傷や高齢期での認知症などで失われる高次脳機能(ことば、記憶、注意力)の特徴と、それらを回復し維持する方法を考えます。

第2講 10月17日(土)

「魅力ある健康科学」

健康福祉学部
学部長/教授 三戸 秀樹

健康生活は人の願いです。ここから科学、農業、政治、宗教、そして福祉など、すべてが誕生しました。この根幹にある現代人のこころとは…？

「疲労・ストレスの客観的な評価法」

健康福祉学部 健康科学科
教授 倉恒 弘彦

疲労は主観的な感覚であり、客観的な評価は難しいと思われてきました。そこで、本講演では最近明らかになってきた客観的な疲労評価系を紹介します。

第3講 10月24日(土)

「ストレスモデルとストレスコーピング」

健康福祉学部 健康科学科
教授 大野 太郎

ストレスによる弊害に悩まされないためには自分自身のストレスを管理する必要があります。本講座ではストレス発生のモデルをもとにしたストレス管理(コーピング法)を述べます。

「健康と産業」

健康福祉学部 健康科学科
准教授 長見 まさ子

過労自殺、うつ病の増加など、深刻化する働く人のメンタルヘルス問題の実態と解決に向けての取り組みについてお話しします。

第4講 10月31日(土)

「健康と心理学」

健康福祉学部 健康科学科
講師 松中 久美子

人が不適応な健康関連行動を学習していく過程と行動療法について、また、心身の相互作用が健康に与える影響について解説します。

「運動による健康管理」

健康福祉学部 健康科学科
教授 平田 まり

運動は糖尿病や心血管疾患などの生活習慣病の予防に効果があります。日常生活の中で安全に無理なくできる運動の仕方をご紹介します。

開催日時

平成21年10月10日・17日・24日・31日(各土曜日)
午後1時30分～3時(受付:午後1時から)

会場

関西福祉科学大学 定員 150名(先着順)
学園2号館4階403中講義室 受講料 無料

申込方法

はがき、FAX、e-mailにて必ず、①氏名 ②住所 ③電話番号(FAX番号) ④年齢 ⑤性別 ⑥職業 ⑦情報入手方法(例:○○駅のポスター)を明記のうえお申し込みください。定員を超えた場合のみ、こちらからご連絡させていただきます。

※ご提供いただいた個人情報は、公開講座のご案内及びお問い合わせに対する回答の際に利用します。その他の目的で利用する場合は、事前にご本人へ通知し、事前の了解を得たうえでを行います。

申込先
問い合わせ先

関西福祉科学大学・関西女子短期大学 生涯学習委員会
〒582-0026 柏原市旭ヶ丘3丁目11-1
TEL 072-977-9549(直通) FAX 072-977-4653
e-mail:kouza@fuksi-kagk-u.ac.jp
http://www.fuksi-kagk-u.ac.jp

アクセス

近鉄大阪線

- 「河内国分」駅下車 徒歩約12分
- 「大阪教育大前」駅下車 徒歩約10分

近鉄南大阪線

- 「道明寺」駅下車 スクールバス 13:00発

JR大和路線

- 「高井田」駅下車 スクールバス 13:00発(徒歩約25分)



公共の交通機関をご利用ください。やむを得ず駐車場をご利用の方は、事前にお問い合わせください。

主催



関西福祉科学大学
Kansai University of Welfare Sciences

後援 柏原市教育委員会