学校法人永原学園 西九州大学 西九州大学 短期大学部

健康福祉・生涯学習センター

公開講座のご案内

平成 30 年度5月～8月版

学校法人永原学園
公式マスコットキャラクター "ナガーラ"

は、佐賀キャンパス　は、健康支援センターで開催いたします。

1 5月16日（水） 10:30～12:00
対象：一般　定員：30 名

「思わず健康な食を選んでしまう」しかけづくりは難しい

■ 講師：健康栄養学科　久野一恵　■ 場所：健康福祉・生涯学習センター
レストランでメニューを選ぶ基準は何ですか？
なかなか「健康にいい食事」を選んでもらえません。どうしたらいいのでしょうか。

2 5月30日（水） 10:30～12:00
対象：一般　定員：30 名

佐賀県における高齢者の医療と介護

■ 講師：社会福祉学科　坂田周一　■ 場所：健康福祉・生涯学習センター
高齢者の医療と介護をめぐる各種データについて都道府県別比較を行い、佐賀県の特徴について考える。

3 6月20日（水） 10:30～12:00
対象：一般　定員：30 名

ながら体操で健康寿命を延ばそう！

■ 講師：看護学科　村岡早苗　■ 場所：健康支援センター
健康な生活には運動が必要！　分かってはいるけど、なかなか続かないものです。家事をしながらテレビを見ながらできる運動のヒントを伝えます。

4 ① 6月30日（土） 10:30～12:00 ② 7月 7日（土） 10:30～12:00
対象：幼稚園・保育園の担任　定員：10 名

遊びで子どもの発達を支える

■ 講師：心理カウンセリング学科　利光恵　■ 場所：健康支援センター
就学前の発達に課題を抱える子どもに対して、遊びを通して発達を支援する理論と実践について学びましょう。
1回目：「遊び」が発達に及ぼす影響について（座学）
2回目：発達を支える「遊び」の実践（実技）
※2 回目は実技のできる服装でご参加ください。

5 ① 7月 3日（火） 10:30～12:00 ② 7月10日（火） 10:30～12:00
対象：一般　定員：30 名

家庭でできる食中毒予防と感染性胃腸炎（O-157・ノロウイルス）の対策

■ 講師：看護学科　村岡早苗　■ 場所：健康支援センター
ニュースにはならないけれど、毎年どこかで起こっている家庭の中の食中毒と感染性胃腸炎（O-157 など）の予防と対策について紹介します。
1回目：あなたの手洗いをチェックしてみましょう。
2回目：感染性胃腸炎の対策の基礎を体験しましょう。

6 ① 7月 3日（火） 19:00～20:30 ② 7月10日（火） 19:00～20:30
対象：OT，PT，Ns、介護職員など　定員：60 名

適切な生活習慣病の予防と介護環境の設定で認知症を予防しましょう

■ 講師：リハビリテーション学科 ① 小浦誠吾 ② 押川武志　■ 場所：健康支援センター
健康長寿を目指す一般的な認知症予防手法の検証や、介護の環境設定の基本である車椅子や椅子の姿勢についての基本を解説します。
1回目：認知症予防手法の検証と継続できる手法の提案
2回目：介護に必要な車椅子や椅子の姿勢の基本

7 ① 7月 4日（水） 10:30～12:00 ② 7月11日（水） 10:30～12:00
対象：一般　定員：15 名

定年後を考える

■ 講師：子ども学科　高尾兼利　■ 場所：健康支援センター
定年後についての随想を参考にしながら、受講者で定年後の生きざまについて語り合い、自らの定年後の生き方について考え、生き方の方向性の端緒を発見できればと考え、企画いたしました。
1回目：「定年後」『すごいトシヨリBOOK』を理解する
2回目：定年後について語り合い、定年後の生き方の方向性を探る

8 7月5日（木） 19:00～20:30
対象：一般・医療福祉関係の方　定員：30 名

認知症予防とリハビリテーション～脳を活性化して健康寿命を延ばそう～

■ 講師：リハビリテーション学科　仙波梨沙　■ 場所：健康支援センター
認知症予防のためのリハビリテーションとは？基本的な認知症の理解と脳活性化のための様々なプログラムや事例の紹介。

9 7月6日（金） 10:30～12:00
対象：小学校 4 年生以上、一般の方　定員：20 名

「マンカラ」で頭の体操！

■ 講師：子ども学科　櫻井京子　■ 場所：健康支援センター
伝統的なゲーム「マンカラ」を楽しみ、お互いに交流しましょう。
簡単なゲームですので、老若男女どなたでも大丈夫です。

10 7月6日（金） 10:30～12:00
対象：一般　定員：20 名

身体にやさしい「移動の手助け」（車いす介助も含む）

■ 講師：リハビリテーション学科　溝田勝彦　■ 場所：健康福祉・生涯学習センター
寝返りや起き上がり、車いすへの乗り移り等で手助けが必要なとき、少しでも身体に負担がかからない方法を身につけましょう。
※実技のできる服装でご参加下さい。

11 ① 7月20日（金） 10:30～12:00 ② 7月27日（金） 10:30～12:00
対象：小学生・付き添いも可　定員：24 名

楽しい理科実験（夏休み自由研究）

■ 講師：健康栄養学科　三嶋敏雄　■ 場所：佐賀キャンパス 理化学実験室
私たちの生活には化学の力が欠かせませんが、化学知識は難しいと思う人も多いと思います。化学を楽しみながら学んでみましょう。
1回目：不思議な化学…不思議な化学現象を実験します。
2回目：きれいな化学…きれいな化学現象を実験します。

12 ① 7月20日（金） 10:30～12:00 ② 8月 3日（金） 10:30～12:00
対象：子育て世代の保護者または親子　定員：30 名

すくすく子育ち・ほのぼの子育て

■ 講師：幼児保育学科 ① 占部尊士 ② 西田明史　■ 場所：健康支援センター
「生活や遊び」「心と体の育ち」「親子のかかわり」などについて、日々の子育てを楽しむためのヒントや具体的な方法を紹介します。
1回目：子どもとのコミュニケーションとストレスマネジメント。
2回目：体内時計のしくみを知って元気で健康な子どもを育てる。
※単発での参加も可能。

13 8月1日（水） 10:30～12:00
対象：一般　定員：20 名

食べる脳トレしませんか？

■ 講師：地域生活支援学科　武富利美　■ 場所：健康支援センター（すこやかキッチンスタジオ）
巻いて、置いて、組み立てて、作る工程はまさに脳トレ。
頭を使って美味しい巻きずしを作りませんか？
※別途材料費 500 円が必要です。　当日はエプロンをご持参下さい。

14 8月1日（水） 15:00～16:30
対象：一般・福祉施設職員　定員：50 名

高齢者福祉援助におけるアセスメント演習－生活三分割法の援用－

■ 講師：社会福祉学科　滝口真　■ 場所：健康福祉・生涯学習センター
高齢者の長い人生経験において主体的行動のアセスメントを試みます。
そのうえで、援助の方向性について検討します。

15 8月8日（水） 13:00～14:30
対象：一般　定員：30 名

生活動作の介助法について（基礎）

■ 講師：リハビリテーション学科　松谷信也　■ 場所：健康福祉・生涯学習センター
本講座では、立ち上がり動作、移乗動作、更衣動作などの生活動作の介助方法について実技を交えて紹介します。
※実技のできる服装でご参加下さい。

16 ① 8月 9日（木） 10:30～12:00 ② 8月10日（金） 10:30～12:00
対象：一般・高校生　定員：30 名

ミトコンドリアを知って 健康管理

■ 講師：地域生活支援学科　平田孝治　■ 場所：健康福祉・生涯学習センター
ミトコンドリアは細胞の発電所として知られています。ミトコンドリアのことをもっと知って、みなさんといっしょに健康管理のことを考えていきます。2 回目は少し体を動かしてみましょう。
1回目：雑学も交えながらミトコンドリアのはたらきについて概説します。
2回目：ミトコンドリア健康法を紹介し、実際に体を動かしてみます。
※ 2 回目は実技のできる服装でご参加下さい。

17 8月9日（木） 19:00～20:30
対象：一般・専門職　定員：50 名

ローテクコミュニケーションエイドの実践講座～透明文字盤のサンプル付き～

■ 講師：リハビリテーション学科　植田友貴　■ 場所：健康支援センター
重度障害がある方向けのコミュニケーション方法の基本であるローテクコミュニケーションについて紹介します。特に、文字盤や口文字についての解説と体験を中心に実施します。また、透明文字盤のサンプルを配布します。

18 ① 8月17日（金） 15:00～16:30 ② 8月28日（火） 15:00～16:30
対象：特別支援学校教員、特別支援学級担任　定員：20 名

自立活動の指導の理解と展開

■ 講師：心理カウンセリング学科　古川勝也　■ 場所：健康支援センター
自立活動の指導は特別支援教育の要です。特別支援教育を担う教師は、今後ますます自立活動の視点で子供を理解する力が求められます。この講座では、自立活動の基本的な考え方や授業づくりについて考えていきたい。
1回目：自立活動の指導の基本的な考え方・個別の指導計画
2回目：実態把握から指導目標・内容の設定までのプロセス

19 8月20日（月） 13:30～15:00
対象：一般　定員：20 名

「終活」のすすめ

■ 講師：社会福祉学科　安徳弥生　■ 場所：健康支援センター
よりよく生きるためには、悔いのないエンディングへの準備が必要です。
人生の幕引きについて一緒に考えてみませんか。

20 8月21日（火） 10:30～12:00
対象：幼児・小学生　定員：20 名

不思議な錯覚の世界

■ 講師：幼児保育学科　春原淑雄　■ 場所：健康支援センター
錯覚のなかでも、パラエティーに富んだ驚きに満ちているのが視覚の錯覚。
手軽な工作をとおして、錯覚の世界を体験してみましょう。
※ハサミ、のり、色鉛筆（色ペン）をご持参ください。

21 ① 8月22日（水） 10:30～12:00 ② 8月23日（木） 10:30～12:00
対象：小学生　定員：10 名

イロイロな道具を使って、ふくし体験をしてみよう

■ 講師：社会福祉学科　① 山口玲子　② 岡部由紀夫
■ 場所：健康福祉・生涯学習センター
車いすや杖を使ったり、高齢者疑似体験を行ったりして、身体機能や心の変化、周りの人のサポートなど、福祉を感じてみませんか？
1回目：色々な器具を用い、高齢者疑似体験をします。
2回目：車いすの試乗等でバリアフリー等を学びます。
※実技のできる服装でご参加下さい。

22 ① 8月23日（木） 18:30～20:00 ② 8月30日（木） 18:30～20:00
対象：一般　定員：30 名

感染症を学ぼう

■ 講師：健康栄養学科　横尾美智代　■ 場所：健康支援センター
感染症は地域全体に関係のある疾患です。これまで学ぶ機会がなかったという方、ご一緒に感染症と予防接種について学びませんか。
1回目：どうして感染症は流行するの？
2回目：予防接種の必要性について

23 8月24日（金） 10:30～12:00
対象：幼児対象・2歳～5歳まで　定員：20 名

親子でふれあい遊び

■ 講師：幼児保育学科　米倉慶子　■ 場所：健康支援センター
親子のスキンシップ遊びや、家庭でもできる親子遊びを中心に楽しく遊びます。
※動きやすい軽装と、滑らないように上履きを親子共にご持参ください。

24 8月29日（水） 13:00～14:30
対象：一般　定員：30 名

食の安全・安心は知ることから

■ 講師：健康栄養学科　斎木まど香　■ 場所：健康支援センター
安全な食生活を送るためには、正しい知識が不可欠です。本講座では、身近な食品のリスクについて紹介します。

申込方法について

電話･FAX･メールにてお申込ください。
(1)受講希望の講座名
(2)氏名(漢字･フリガナ)
(3)住所
(4)年齢
(5)電話番号　※日中連絡がとれる番号
◆申込多数の場合は先着順とさせて頂きます。
◆申込は各開催日の1週間前までにお申し込み下さい。

受講料について

受講料(500円／回)は、当日現金でお支払い下さい。
※エルダーカレッジ生(在籍者のみ)無料。
◆原則として、一度納入頂いた受講料は払い戻しできませんので、あらかじめご了承ください。

講座当日の受付について

◆当日は講義開始30分前より受付開始いたします。

受講上の注意事項

◆天候不良等のやむを得ない場合は開催場所・日程などを変更する場合がございます。
◆お申込人数の状況や講師の都合により担当者変更及び開講しない場合もございますので、当日参加の場合は事前にお問い合わせ下さい。
※開講しない場合は、事前に申し込まれた方に対して、事務局よりご連絡いたします。
◆貴重品は必ず自己管理をお願いいたします。

個人情報について

講座申込で取得した個人情報につきましては、公開講座運営以外の目的では使用いたしません。

●佐賀キャンパス

●健康支援センター

【お申し込み・お問い合わせ】
健康福祉･生涯学習センター　受付時間 ： 8：50 ～ 17：50（土日祝日は休館）
〒840-0806 佐賀県佐賀市神園3丁目18－15　TEL (0952)32-1314(直通)　FAX (0952)37-9624(直通)
URL http://www.nisikyu-u.ac.jp/syogai/　E-mail kokaikoza@nisikyu-u.ac.jp