

公開講座に来てみませんか！

対象：中学生以上の方

聴講料：無料 / 場所：九州看護福祉大学 / 時間：10時30分～12時00分
(受付：10時～)

原則事前申込は不要ですが、1月25日開催「災害発生時のセルフケア(灸やストレッチでの養生法)」及び2月8日開催「高齢者が地域で暮らすためのICTを活用した取り組み」は事前申込が必要です。詳細は裏面をご覧ください。

お問合せ先 九州看護福祉大学 企画課 (平日 9:00～18:00) / TEL：0968-75-1834
〒865-0062 熊本県玉名市富尾888番地

	日程・場所	講師名	演題
第1回 (座学)	1月16日(土) 2号館(2F) 大講義室1	看護学科 専任講師 緒方 浩志	あなたは“睡眠”に満足していますか？ 「睡眠」は、こども・成人・高齢者すべての年代において健康の維持・増進に欠かせない休養活動です。しかし、日本人の約7割の人が“睡眠に満足していない”という報告もあり、テレビなどでも睡眠に関する特集やCMをよく見かけます。本講座では、睡眠の基本的な知識について解説し、自身の睡眠を振り返りながら、良質な睡眠を確保するための工夫を一緒に考えていきます。
第2回 (座学)	1月18日(土) 2号館(2F) 大講義室1	口腔保健学科 准教授 松崎 美枝	現代的健康課題を抱える子供たちへの支援 今、子供たちが抱える健康課題として、肥満・痩身、生活習慣の乱れ、メンタルヘルスの問題、アレルギー疾患の増加、性に関する問題などが挙げられます。これらの健康課題は、複雑化・多様化しており、学校、家庭、地域が一体となって解決に取り組むことが重要です。一人一人の子供のニーズに応じた支援の在り方について、一緒に考えましょう。
第3回 (体験型)	1月25日(土) 3号館(1F) 第二鍼灸実技実習室	鍼灸スポーツ学科 助教 花田 雄二	災害発生時のセルフケア(灸やストレッチでの養生法) 2016年に発生した熊本地震では多くの方が被災し、長期間にわたる避難所での生活を強いられました。また近年では玉名市周辺でも台風や豪雨による避難指示が発令されることも増えています。熊本地震では避難所を回って、被災者への身体やこころのケアを行いました。その活動からどのような症状が多かったのか、またその症状を改善するための灸やストレッチを実践しながら紹介します。 ※参加される方はスリッパや上履きのご持参をお願いいたします。
第4回 (体験型)	2月8日(土) 2号館(2F) 大講義室1	社会福祉学科 助教 黒木 真吾	高齢者が地域で暮らすためのICTを活用した取り組み 熊本県玉名市は高齢化率が全国的にみても高く、さらに年々増加しています。さらに、高齢になればなるほど要介護のリスクは高くなります。そこで、介護が必要にならないように地域住民が地域の場で主体的に取り組むことが重要になってきています。今回、地域で活用され効果も明らかにされているユニバーサルデザインのe-スポーツ(UDe-スポーツ)を体験していただきたいと思っています。ゲーム経験がない方も体験できますので気軽にご参加ください。
第5回 (座学)	2月15日(土) 2号館(2F) 大講義室1	リハビリテーション学科 助教 今井 孝樹	肩の痛み？それって本当に五十肩？ 肩が痛い・動きが悪い＝「五十肩」とは限りません。この講座では、肩の痛みや動きに影響する代表的なケガとその症状について、またリハビリテーション分野における対応等をご紹介します。
第6回 (座学)	2月22日(土) 2号館(2F) 大講義室1	基礎・教養教育研究センター 教授 檜枝 洋記	九看大ではこんな授業もやってます ～言葉に敏感になれ～ (2) 九看大は専門学校ではなく大学なので、専門分野だけでなく教養(生きるための土台、道標、ヒント)の授業もしています。その一例としてこの公開講座では、自分の意見を正しく伝え、他人の意見を正しく理解することを学ぶ授業の一端を紹介します。昨年のトピックは「文」、今回は「段落」です。ゆっくりやります。言葉をボールトを使ってんじゃねーよ！とチコちゃんに叱られないようになるための授業を受講してみませんか？

※第1回、第2回及び第4回は玉名市との共催です。

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大等により、開催を中止する場合がございます。

※発熱や体調不良がある場合は参加をご遠慮ください。

★第3回「災害発生時のセルフケア（灸やストレッチでの養生法）」及び第4回「高齢者が地域で暮らすためのICTを活用した取り組み」の申込方法について

申込は10月4日(金)から可能です。

1月17日(金)までに下記のいずれかの方法でお申込ください。

- ①WEBの場合、下記のQRコードを読み取り申込フォームに必要事項の入力・送信
- ②FAXの場合、FAX用紙に必要事項を記入し、FAX番号(0968-75-1811)へ送信

※定員となり次第、申込を締め切らせていただきます。

「災害発生時のセルフケア（灸やストレッチでの養生法）」先着30名

「高齢者が地域で暮らすためのICTを活用した取り組み」先着20名



◆個人情報の取り扱い◆

九州看護福祉大学では、個人情報の重要性を認識し、取得した個人情報については、下記の目的またはその他の正当な目的にのみ利用いたします。

個人情報の利用目的

公開講座受講申込に記載された氏名、住所、その他の個人情報は、公開講座など情報の案内、受講者への確認連絡、お問合せに対する回答、講座内容向上のため個人を特定できない形で処理したデータの作成と活用、その他公開講座に付随する業務などに使用します。

個人情報の第三者への開示

提供者本人に通知することなく個人情報を第三者に開示することはありません。

九州看護福祉大学 キャンパス配置図



大学公式WEBサイトで
講座情報随時更新

<https://www.kyushu-ns.ac.jp/>



九州看護福祉大学
Kyushu University of Nursing and Social Welfare

第1回、第2回、第4回～第6回 会場

第3回 会場

車でお越しの際は、矢印のとおりお進みください。

★は2号館又は3号館の入口を示しています。