

人生100年時代の健康

4月講座 (4月15日)

いくつになっても明るい笑顔 ～審美歯科の基礎と実際～

歯科治療の目的には、口腔（こうくう）疾患の予防や治療、そして健康維持があげられます。口腔には、食物をかむ、飲み込む、会話するなどいろいろな機能があります。歯科治療により、機能を回復するだけでは、患者さんは満足しません。きれいな歯や歯並びなどを改善することにより、明るい笑顔を取り戻すことが健康の維持につながります。今回の講演では、このような美しさに配慮した歯科治療である審美歯科について解説したいと思います。

大手前短期大学 歯科衛生学科 教授
中村 隆志 (なかむら たかし)

1980年大阪大学歯学部卒業、1987年大阪大学大学院歯学研究科修了・歯学博士。大阪大学歯学部助手、大阪大学歯学部附属病院講師、大阪大学大学院歯学研究科准教授を経て、2019年4月より、大手前短期大学教授（歯科衛生学科・学科長）。専門は、歯科補綴学。日本補綴歯科学会・指導医 / 専門医、日本歯科審美学会・認定医。30年以上にわたり、大学病院で歯科診療を行った経験をもつ。

5月講座 (5月20日)

咀嚼が支える健康生活 ～オーラルフレイル予防のお口エクササイズ～

咀嚼は、心身の健康と深く関係があります。よく噛むと脳が活性化され、記憶力のアップや認知症予防に効果が期待されます。しかし、加齢とともに口腔機能も徐々に弱ってきます。オーラルフレイルとは、口腔機能の軽微な衰えを意味します。よくむせる・食べ物が飲み込みにくい・噛みにくい・滑舌が悪いなど、ちょっとした症状が、認知機能や身体機能の低下につながる可能性があります。しっかり噛んで、しっかり食べて、オーラルフレイルを予防して、健康長寿のためのお口の健康について考えます。

大手前短期大学 歯科衛生学科 教授
木林 美由紀 (きばやし みゆき)

2007年大阪大学大学院歯学研究科修了・博士（歯学）。（公財）ライオン歯科衛生研究所チーフ、大阪市教育委員会学校保健課係長、静岡県立大学短期大学部歯科衛生学科准教授を経て2018年より現職。専門は、歯科衛生学・地域歯科保健学で、研究テーマは、「高齢者の咀嚼力と社会参加度との関連」「咀嚼力と生活行動および食行動との関連」など。2022年6月大阪府歯科衛生士会会長表彰永年精励賞を受賞。

6月講座 (6月17日)

行動変容と健康づくり

そもそも行動変容とは人の行動が変わることです。一般的には健康づくりのために生活習慣を望ましいものに改善することを説明する際に用いられます。人生100年時代に、生涯にわたりいつまでも健康的な生活を送るには何が必要なのか。日常生活で気軽に実践できる健康行動とはどのようなものか。食事の内容や種類など栄養学的な視点だけではなく、行動を科学的に理解し、行動変容のための方法についてお話しします。

大手前大学 健康栄養学部 教授
本多 美預子 (ほんだ みよこ)

1996年武庫川女子大学大学院家政学研究科博士後期課程食物学専攻修了・博士（家政学）。管理栄養士。武庫川女子大学生活環境学部食物栄養学科健康管理学研究室助手、大手前栄養学院専門学校講師、大手前大学健康栄養学部准教授を経て、2023年4月より、大手前大学健康栄養学部教授。専門は栄養教育論。研究テーマは「行動経済学・ナッジ理論を活用した健康づくり」「生涯を通じた食育」など。

7月講座 (7月15日)

病気があっても、いきいき生きる

人生100年時代、だれもが健康で生活したいと望んでいることでしょう。しかし、後期高齢者（75才以上）の約8割が2つ以上の慢性疾患を併存しているとの調査結果が発表されています。人生100年時代の健康を考えると、病気とともにどう生きるかは重要な課題となります。WHOの健康の定義を参考に、「病気があっても健康である」とはどういう状態なのかを紐解きながら、人生100年時代の健康について皆さんとともに考えていきたいと思えます。

大手前大学 国際看護学部 教授
河井 伸子 (かわい のぶこ)

医療短期大学部（看護学科）を卒業後、大学病院で看護師として働きながら通信教育課程で社会学の学位を取得。千葉大学大学院看護学研究科修士・博士課程在籍時より、2型糖尿病の生活調整の中でも、自分らしい生活を営んでいるという感覚を持つことを重視した看護のあり方を研究。現在は、高齢者看護を専門にし、高齢者にとっての日常が維持されるための看護について研究を続けている。



大手前大学・大手前短期大学
公開講座 2023 前期

開講日 (4月講座) 4月15日(土) / (5月講座) 5月20日(土) / (6月講座) 6月17日(土)
(7月講座) 7月15日(土) ※各回 10:00~11:30

会場 大手前大学・大手前短期大学 さくら夙川キャンパス

受講料 全4回:3,500円、各回:1,000円 ※いずれも税込

定員 各回50名(先着順)

受講申込受付期間 2023年2月10日(金)~3月10日(金) ※申込受付期間終了後は、各講座実施月の前月10日までにお申し込みください。

- 注意事項
1. 定員に達した時点で受付を終了いたします。
 2. 申し込み時にいただいた個人情報は、講座関係の連絡や大手前学園からの各種お知らせ以外には使用いたしません。
 3. 参加者による写真・動画・音声の記録は禁止とさせていただきます。
 4. ご入金後のキャンセルにつきましては、理由の如何を問わず返金いたしかねますので、キャンセルされる場合は受講料振込みの前に大手前シティカレッジ事務局までご連絡ください。
 5. 新型コロナウイルスの感染状況によっては中止となる場合があります。
 6. 駐車スペースはございませんので、お車でのご来学はご遠慮ください。

申込方法 ■Webサイトからのお申し込み

本学Webサイト (<https://www.otemae.ac.jp/social/learning/lecture/>) または、QRコード「公開講座」サイト・申込フォームから必要事項をご入力の上、お申し込みください。

■FAXでのお申し込み

受講申込用紙に必要事項を記入し、大手前シティカレッジ事務局 (FAX:0798-32-5147) へ送信してください。

お申し込みいただいた方には、大手前シティカレッジ事務局より、お手続きに関するご案内をメール、FAX、郵送いずれかの方法でお知らせいたします。受講料は期日までにお振込みください。

ご入金確認後、4月初旬に受講票を郵送いたします。(当日、受付でご提示ください。)

2023年度 大手前大学・大手前短期大学 公開講座 受講申込用紙

※印は必須記入項目です。FAX 番号またはメールアドレスは必ずどちらかご記入ください。

フリガナ	性別		※年齢			
※氏名	<input type="checkbox"/> 男性	<input type="checkbox"/> 女性	<input type="checkbox"/> 10代	<input type="checkbox"/> 20代	<input type="checkbox"/> 30代	<input type="checkbox"/> 40代
			<input type="checkbox"/> 50代	<input type="checkbox"/> 60代	<input type="checkbox"/> 70代	<input type="checkbox"/> 80代以上
※住所	〒					
※電話番号	FAX 番号					
メールアドレス	受講生番号 (受講歴のある方)					
※申込講座 (ご希望の講座に <input checked="" type="checkbox"/> を入れてください)	●一括でのお申し込み <input type="checkbox"/> 全4回 (4・5・6・7月)					
	●各回ごとのお申し込み <input type="checkbox"/> 4月講座 <input type="checkbox"/> 5月講座 <input type="checkbox"/> 6月講座 <input type="checkbox"/> 7月講座					
★アンケートにご協力ください。今回、本講座を何でお知りになりましたか? 該当する番号に○印をつけてください。						
1. 本学 Web サイト 2. 事務局からの案内 3. 友人・知人の紹介 4. 施設配架チラシ 5. その他 ()						

公開講座サイト



Webサイト

大手前大学 公開講座



【主催・お問い合わせ先】(平日:9:00~17:00)

大手前大学・大手前短期大学 地域・社会連携室 大手前シティカレッジ事務局

〒662-8552 兵庫県西宮市御茶家所町 6-42

TEL:0798-32-7532 FAX:0798-32-5147

Email:occi@otemae.ac.jp

