

記者配布資料

平成 28 年(2016 年) 5 月 9 日

所属名	所属長名	部局長名	担当者職・氏名	連絡先
山口県立大学	学長 ながさか ゆうじ 長坂 祐二	地域共生センター 所長 か と だ けい こ 加登田 恵子	地域共生センター 共生教育部門 ひらの くみ こ 平野 久美子	☎083-928-3495
発表内容の 関係地域	[<u>全県</u>]、岩国、柳井、周南、山口、防府、宇部、山陽小野田、下関、[<u>長門</u>]、 萩、首都圏			

1 件名

平成 28 年度山口県立大学 長門市サテライトカレッジの開催について

2 内容

件名	講座テーマ	備考
平成 28 年度長門市サテラ イトカレッジ ～子どもからシニアまで～ ともに考える健康づくり	<p><第 1 回> ◆「血管が硬くなる」話</p> <p><第 2 回> ◆食べる力は、生きる力、 育む力</p> <p><第 3 回> ◆睡眠の秘密を探ろう</p>	<p>・期 日 平成 28 年 6 月 2 日(木) ～6 月 16 日(木) 全 3 回</p> <p>・時 間 18:30～20:00</p> <p>・会 場 日置農村環境改善センター (2 階農事研修室)</p> <p>・受講料 無料</p> <p>・詳細 別添チラシのとおり</p>

3 問い合わせ先

〒753-8502 山口市桜島 3 丁目 2-1
山口県立大学地域共生センター 共生教育部門
電話 (083) 928-3495 FAX (083) 928-3021

～子どもからシニアまで～ ともに考える健康づくり

日程 平成 28 年 6 月 2 日(木)、6 月 9 日(木)、6 月 16 日(木)

会場 日置農村環境改善センター (2 階農事研修室 長門市日置上 5880-1)

第1回

6 月 2 日(木)18:30～20:00

「血管が硬くなる」話

山口県立大学 理事長江里 健輔

高齢になると、血管が硬くなります。高齢者の致死的疾患の大半は血管が硬くなったためです。硬くなった血管は元に戻りません。従って、硬くならないように若い時から気を付けなければなりません。ではどのようにしたらよいのでしょうか？一緒に考えてみましょう。



第2回

6 月 9 日(木)18:30～20:00

「食べる力は、生きる力、育む力」

看護栄養学部 栄養学科 教授 乃木 章子

「食べる力」と呼ばれるチカラは、荷物にならない一生ものの宝物です。さて、どのような力で、どうしたら身につけることができるのでしょうか。一緒に考えてみませんか？



第3回

6 月 16 日(木)18:30～20:00

「睡眠の秘密を探ろう」

看護栄養学部 看護学科 教授 丹 佳子

生活習慣を整えるために知っておいてほしい「睡眠の秘密」についてクイズを交えながら楽しく学びます。お子さんと一緒に参加してみませんか？



◆定 員 50 名 (応募者多数の場合は抽選になります。)

◆受講料 無 料

◆受講方法 部分受講も可能です。全講座を受講された方には修了証を授与いたします。

◆申込方法 電話、FAX、またはハガキで住所・氏名・電話番号を下記申込先までお知らせください。

【申込先】

〒759-4101 長門市東深川 2660-4
長門市教育委員会 生涯学習スポーツ振興課
TEL:0837-23-1259 FAX:0837-22-3564

◆申込締切 平成 28 年 5 月 20 日(金)

◆受講通知 講座開始の約 4 日前までに、山口県立大学から各自へお知らせします。