

埼玉東上地域大学教育プラットフォーム(TJUP)公開講座
健康的な日常を過ごせるからだづくりと介護予防を目指す
「毎日楽しく介護予防 Part.3 ～筋トレ・ロトレ・脳トレのススメ～」開催
9月30日(土)/対面・オンラインでの開催

文京学院大学(学長:福井勉)は、本学が加盟している埼玉東上地域大学教育プラットフォーム(TJUP)の主催する高齢者向け公開講座「毎日楽しく介護予防Part.3 ～筋トレ・ロトレ・脳トレのススメ～」を、9月30日(土)に対面・オンラインの両方で開催します。当日は、本学保健医療技術学部作業療法学科 國重雅史助教と、十文字学園女子大学人間生活学部食物栄養学科 古明地夕佳准教授が講師として登壇します。どなたでもご参加いただけます。是非ご注目ください。

「毎日楽しく介護予防 Part. 3 ～筋トレ・ロトレ・脳トレのススメ～」

高齢者の方が住み慣れた地域でいきいきと自分らしい生活を続けられるよう、できるだけ介護が必要とならないための健康づくりを「介護予防」といいます。そのポイントについて、作業療法士の立場から本学國重助教が、管理栄養士の立場から十文字学園女子大学古明地准教授が講師となり、簡単な健康チェックと体操をまじえた介護予防講座を開催します。今回は第3弾として TJUP 地域交流委員会*校の所在する全自治体に声をかけ、サテライト会場も増やしました。

本学は、開かれた大学づくりと建学の精神を踏まえ、社会連携・社会貢献を大学の使命として教育・研究の成果を広く社会に還元し、地域社会の諸課題解決に取り組んでいます。講座当日には、運営や進行の補助役として、本学の学生ボランティア 35 名が参加します。

※ TJUP 地域交流委員会(十文字学園女子大学 西武文理大学 大東文化大学 文京学院大学 武蔵丘短期大学 立正大学)



昨年実施時の様子

【開催概要】

- 1.日 時:2023年9月30日(土)14時00分～16時00分
- 2.参加費:無料
- 3.講師/内容:文京学院大学保健医療技術学部作業療法学科 國重雅史助教/
「毎日楽しく介護予防 Part.3～筋トレ・ロトレ・脳トレのススメ～」
十文字学園女子大学人間生活学部食物栄養学科 古明地夕佳准教授/
「ミニ講座・低栄養予防の食事について」
- 4.会場:【対面】文京学院大学ふじみ野キャンパス中央館4階 C401・402 教室
【オンライン】Zoom ミーティングで同時配信
- 5.共催:ふじみ野市
- 6.定員:対面30人(先着順) / オンライン(Zoom)100人
※申し込み後日 Zoom ID をメールでお送りいたします。
- 7.申込方法専用フォームによる事前申込制
【対面形式】 <https://tinyurl.com/4c8ass5x>
【オンライン形式】 <https://tinyurl.com/mw7a5w5k>
- 8.申込期限2023年9月15日(金)17時00分まで
※対面講座は既に定員を締め切らせていただいています。
- 9.問い合わせ:文京学院大学 社会連携推進室 f-chiikirensui@bgu.ac.jp

※当日は、自治体連携の取り組みとして、狭山市立老人福祉センター(不老荘・寿荘・宝荘)、新座市第二老人福祉センター、東松山市高坂市民活動センター、ふじみ野市立介護予防センター、吉見町荒川荘にて中継の予定です。

