

平成24年度 公開講座

みえアカデミックセミナー2012

『こころとからだの健康づくり～100歳までの台本をつくりましょう～』開催



2012.07.19 みえアカデミックセミナー2012 『こころとからだの健康づくり～100歳までの台本をつくりましょう～』を開催しました。
平成24年7月19日（木）三重県文化会館 レセプションルームにて、「みえアカデミックセミナー2012」の公開セミナーを開催しました。
「みえアカデミックセミナー」は、三重県内の高等教育機関と三重県生涯学習センターが主催し、「心豊かな人生へのアクセス」という全体テーマのもと、各校が1日ずつ公開セミナーを担当するというものです。今年で5回目の参加となる今回は、河野 啓子学長が「こころとからだの健康づくり～100歳までの台本をつくりましょう～」という演題で講演を行いました。人生の最後のときまで、自立して楽しく過ごすためにはどうしたらよいか、それぞれの人が自分に合った100歳までの健康生活の台本を作れるよう、こころとからだの健康づくりについて分かりやすく説明。生理的年齢を体力年齢で測定する参加型テストでは、会場から何度も笑いが起こっていました。
当日、暑い中をご来場いただきました110名の皆様には厚くお礼申し上げます。

平成24年度公開講座 『認知症の方のQOLを支える』を開催しました。



平成24年7月29日（日）じばさん三重 5F 大研修室にて、平成24年度 四日市看護医療大学公開講座『認知症の方のQOLを支える』を開催しました。
前半は、濱畑章子教授が「認知症の方と理解とコミュニケーション」という演題で講演、参加者の皆様も熱心にメモをとられていました。後半の老年看護学領域の教員3名による嚥下ドリンクの体験コーナーも好評でした。アンケートでは、「認知症の方に対して周囲の人（接する人）の意識や態度を変えることが今後のQOLを大きく左右するのだと感じました。安心して生活していただける場を提供していけるように努めていきたいと思いました。」「認知症の方と接する中で悩むこと迷うことがたくさんありましたが、今日の講義を聞き、これから働いていく中で役に立つことをたくさん聞けました。初心に戻り、利用者さんや認知症の方とコミュニケーションをとっていきたいと思いました。」などの貴重なご意見をいただきました。ご多忙の中、ご参加をいただきました皆様、誠に有難うございました。

産業看護研究センター公開講座

『食生活のチカラ～意識する・痩せる・若返る～』を開催しました。

平成24年11月23日（祝・金）じばさん三重 5F 大研修室にて、公開講座『食生活のチカラ～意識する・痩せる・若返る～』を開催しました。
大塚食品株式会社 東京支店の川人加奈様を講師に迎え、約50名の参加者の皆様に健康のための食生活におけるポイントをお話いただきました。BMI・標準体重・一日の摂取エネルギーなどを実際に皆さんに計算をしてもらい、さらに大塚食品の製品の試食などもあり、大変好評でした。ご参加をいただきました皆様、誠に有難うございました。

