

2017年度 岐阜経済大学・大垣女子短期大学

熟年世代向け「健康」講座 (2講座連続)

日時：2017年9月19日(火) 18:30~20:00 (18:00開場)

会場：岐阜経済大学 新食堂 〒503-8550 岐阜県大垣市北方町5-50

対象：60歳以上の方

血圧が高い。
コレステロール値も高い。

ちゃんと食べてるのに、
低栄養と言われた。



聴講無料
(要申込・先着順)
定員30名



第1部 「老化だから…」なんて言わせない。

— 元気に楽しく暮らすための豆知識 —

多くの人は、加齢により、何らかの病気を持っています。持病があっても、元気でいられるための秘訣を学びませんか？



講師

古田 桂子

大垣女子短期大学 看護学科准教授

岐阜県生まれ

岐阜大学大学院(教育学修士)

岐阜市民病院看護師、岐阜市立看護専門学校専任教員を経て、平成27年度から大垣女子短期大学へ。専門は看護学。長く在宅看護に関する教育に携わる。現場や教育実践から得た知識や経験が、地域の皆さんの健康保持に役立てば幸いです！

第2部 熟年世代のための健康いきいき体操

— 笑顔で元気になりましょう —

仲間と一緒に”からだ”を動かすと”こころ”が元になります。すると、もっとからだを動かしたくなります。”老化防止の第一歩”をスタートしませんか？



講師

古田 康生

岐阜経済大学 経営学部准教授

岐阜県生まれ

中京大学大学院(体育学修士)

専門は、生涯スポーツ論、レクリエーション。

地域の方々を対象に、運動遊びやレクリエーション活動により、子どもの心身の発育発達や熟年世代の老化防止のための”あそび事業”を実施。

申込方法

①~④のいずれかの方法で、お名前・ふりがな・年齢・電話番号をお知らせください。複数名の場合も、同時にお申し込みいただけます。

① 大学HP 右列下方「資格講座・講演等お申込フォーム」から送信 (スマホも可)

② TEL. 0584-77-3511 ③ FAX. 0584-81-7807

④ メール soumu@gifu-keizai.ac.jp
(タイトルを「9月19日講座」としてください。)

※ お知らせいただいた情報は、講座に関するご案内以外の目的には使用しません。

※ 軽い運動ができるよう、動きやすい服装・靴でお越しください。

アクセス

● 駐車場は、大学の北・東にあります。(約500台収容)

● 大垣駅北口よりタクシーで約1,300円

※ 夏期休暇ダイヤのため、バスは利用できません。

問い合わせ先：岐阜経済大学 総務課 熟年世代向け「健康」講座担当

TEL.0584-77-3511 FAX.0584-81-7807

[主催] 岐阜経済大学・大垣女子短期大学

