

(第15回) 生涯学習吹田市民大学 —千里金蘭大学キャンパス講座—

- ◆開催日 第1回 令和4年11月 4日(金)
第2回 令和4年11月 11日(金)
第3回 令和4年11月 18日(金)
第4回 令和4年11月 25日(金)

各回 10:40～12:10(会場受付 10:00 より)

◆会 場 千里金蘭大学 佐藤記念講堂
(裏面の地図をご覧ください。)

◆テーマ:「いのち けんこう そだち」

◆お申し込み:裏面をご覧ください。



第1回 11月4日(金) 10:40～12:10

食事で目指そう! 健康長寿

～あなたの食生活を見直してみよう～



講師 上山 恵子(うえやま けいこ) 准教授 専門分野 応用栄養学、子どもと高齢者の栄養
2014(平成 26)年、厚生労働省は「健康長寿社会の実現に向けて～健康・予防元年～」というテーマで厚生労働白書を発表しました。そこには健康寿命の延伸と、それによる健康長寿社会の実現が重要課題の一つであることが明記されています。健康長寿のためには適切な食生活を送ることが大切です。この講座では、ご自身の食事内容を振り返っていただきながら、超高齢社会を健やかに過ごすための食生活について考えていきたいと思います。

第2回 11月11日(金) 10:40～12:10

子どものこころの育ちと養育者への理解

～被虐待児とその養育者に寄り添うために～



講師 井上 裕樹(いのうえ ひろき) 准教授 専門分野 教育心理学 臨床心理学

近年日本社会においてこころと育ちに関わる様々な問題が生じてきており、個々人が考える必要のある状況が生じてきている。虐待という事象もその一つで、盛んにメディアなどで取り上げられ、啓発活動などを通して、さまざまな取り組みがなされてきている。本講座では、私の心理臨床の実際の現場での実践の積み重ねから得られた感覚と知見をお話し、皆さんと一緒に考えていくことができればと思っています。

第3回 11月18日(金) 10:40～12:10

健やか生活 秋・冬編

～「くらしかた」について一緒に考えてみませんか?～



講師 土井 有羽子(どい ゆうこ) 教授 専門分野 公衆衛生看護学 保健福祉行政

「健康」をテーマにしたテレビ番組や雑誌、「健康商品」の紹介・通販など、さまざまな情報をキャッチすることができる時代です。それはとても大切なことですね。でも、それらの情報は自分の生活に取り入れた方がよいのか悩むこともあるのではないのでしょうか?

今回は、幅広い健康情報の中から秋・冬に注目して、この時期に多い「ケガ」や「病氣」を予防するくらしかたについてお話しします。みなさまの生活のヒントになれば幸いです。

第4回 11月25日(金) 10:40～12:10

出産と平安時代の文学

～そこには喜び、苦しみ、憎しみ、そして悲劇があった～



講師 片山 剛(かたやま たけし) 教授 専門分野 平安時代文学

平安時代の貴族はどのようにして出産していたのでしょうか。その様子を文字史料、絵画史料から読み解きます。医療が今のように発達していませんでしたので、産婦や新生児には命の危険もありました。それだけに出産という営みは周囲の人々のさまざまな思わくを内包するものでした。無事の出産を願う人や妬む人の心理、悲しい結末を迎えたときの痛切な思いは、物語、和歌、日記などの文学にどのように結晶したのかも考えてみます。