

生涯学習吹田市民大学—千里金蘭大学キャンパス講座—(第13回)

- ◆開催日:令和元年11月7日(木)~12月5日(木)
毎週木曜日 5回講座 13:00~14:30(会場受付 12:30より)
- ◆会場:千里金蘭大学 本館(3号館)9階会議室
(裏面の地図をご覧ください。)
- ◆テーマ:「スポーツと身体の教養学」
- ◆お申し込み:裏面をご覧ください。



第1回 11月7日(木) 健康スポーツ生理学 ~メタボからフレイルへ~



講師:東 照正(ひがし てるまさ)名誉教授 専門分野:健康スポーツ生理学

健康維持には「食べること」と同時に「体を動かすこと」が大切です。では、どのようなことを意識して運動すれば、効率よく成果を上げられるのか?最近の耳寄り情報を織り交ぜながら、パラパラ漫画をめくるように健康運動に関するトピックのいくつかを解説します。

第2回 11月14日(木) カラダのためのお買い物 ~みなさんはナニをみて食べ物を買っていますか~



講師:足達 哲也(あだち てつや)准教授 専門分野:食品機能学・健康科学

みなさんは日々の献立に、たくさんの食品・お惣菜をスーパーなどで購入する際に商品パッケージを見て、「これ美味しそう。」などと感じて手に取られることが多いでしょう。実は商品パッケージには、その商品デザインのみならず、たくさんの情報が詰まっています。これらの情報の見方をマスターすれば、お馴染みの食品に新たな魅力が!

第3回 11月21日(木) 足元から考える健康 ~靴にまつわるエピソード~



講師:本宮 裕示郎(ほんぐう ゆうじろう)助教 専門分野:学力論・教育評価論

ランニングやウォーキングなどの手軽なスポーツが、健康志向の方々を中心に幅広い世代から支持される趣味として定着しつつあります。本講義では、これらのスポーツを行う際に、まさに足元から支える靴に着目して、そのエピソードやデザイン・機能の変遷についてお話します。(ゲスト・スピーカーによる靴の選び方・履き方講座あり)

第4回 11月28日(木) 日本海軍の兵食と身体



講師:巽 美奈子(たつみ みなこ)講師 専門分野:栄養教育論・社会史

近代日本における海軍兵食のエピソードとして知られるのは、脚気防止対策として西洋食を導入したことです。このことを機に、海軍では兵士の身体を管理するための兵食制度が整備されていきました。本講座では、そうした兵食運営システムに照明を当て、明治中期から、昭和初期までを追ってお話したいと思います。

第5回 12月5日(木) 古代ギリシアの祭典



講師:岩谷 智(いわや さとし)教授 専門分野:西洋古典学

古代ギリシアでは主神ゼウスをはじめとする諸神に捧げられる祭典がさかんに行われていました。今回は女性だけが参加した競技会であるヘライア祭にも焦点を当てつつ、文献資料や壺絵などの考古学資料を紹介しながら古代ギリシアの祭典についてお話をします。

主催:吹田市教育委員会
千里金蘭大学 地域共創センター