

地域連携の充実を目指す文京学院大学公開講座「ウィークエンドフォーラム」と、 埼玉東上地域大学教育プラットフォーム(TJUP)公開講座がコラボ 「毎日楽しく介護予防 Part.2 ～筋トレ・ロトレ・脳トレのススメ～」開催 10月1日(土)/対面・オンラインのハイブリッド型で開催

文京学院大学(学長:櫻井隆)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)の公開講座と、開かれた大学を目指す本学が取り組む公開講座ウィークエンドフォーラムとがコラボし、「毎日楽しく介護予防Part.2 ～筋トレ・ロトレ・脳トレのススメ～」を、10月1日(土)に対面・オンラインのハイブリッド型で開催します。当日は、本学保健医療技術学部作業療学科大橋幸子学科長・教授と、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をします。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.2 ～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・言語聴覚士の立場から本学大橋学科長・教授が、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。本講座は、2021 年にも開催をし、多くの方にご参加をいただきました。

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。本講座は学生たちが運営や進行にも関わり、地域住民の皆様にも幅広く参加を呼びかけ、開催します。



昨年実施時の様子

【開催概要】

- 1.日 時:2022 年 10 月 1 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学科 大橋幸子学科長・教授
「毎日楽しく介護予防 Part.2～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 C401・402 教室
【オンライン】Zoom ミーティングで同時配信
- 5.定 員:対面 30 人(先着順)／ オンライン(Zoom)100 人
※後日 Zoom ID をメールでお送りいたします。
- 6.申 込 方 法:専用フォームによる事前申込制
【対面形式】<https://bit.ly/3QUkAR2>
【オンライン形式】<https://bit.ly/3Ngx5Ua>
- 7.申 込 期 限:2022 年 9 月 20 日(火)17 時 00 分まで
※対面講座は定員になり次第締め切ります。
- 8.問 い 合 せ:文京学院大学学生支援グループ f-forum@bgu.ac.jp
※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催形式を変更する場合がございます。
※当日は、自治体連携の取り組みとして、ふじみ野市立介護予防センター、新座市老人福祉センター、新座市第二老人福祉センターをサテライト会場として中継予定です。



毎日楽しく介護予防 Part.2「～筋トレ・ロトレ・脳トレのススメ～」

<https://www.u-bunkyo.ac.jp/news/page/b4cbc014bf19aaa673adb4749e4c51ba8fbb1afe.pdf>