



健康立県にいがた推進強化期間

医療・健康講座

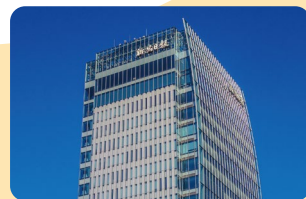
in メディアシップ

会場 新潟日報メディアシップ 6階ナレジットルーム

新潟市中央区万代3-1-1 (JR新潟駅から徒歩約10分)

時間 全3回共通 14:30~16:00 (14:00開場)

定員 各回90名 (定員に達しましたら、受付を終了させていただきます。)



第1回

2024年

11月30日 土

申込締切

11月28日 木

冬に向けて健康管理！
～口腔ケア・腸活を実践しよう～

講師 看護学部 野原 真理 教授 (公衆衛生看護学)

これからインフルエンザや風邪などの感染症が流行する季節です。新型コロナウイルス感染症は5類となっており、メディアではめっきり報道されなくなりました。実態はどうなのでしょう？公衆衛生看護の立場からお話したいと思います。現在流行している「オミクロンKP.3株」は去年の秋に接種したワクチンでは対応しきれない状況です。私達の免疫力の鍵を握るのはワクチン接種に加えて口腔ケアと腸活です。一緒に確認してみませんか？

第2回

2024年

12月7日 土

申込締切

12月5日 木

カラダの焦げを防いでアンチエイジング！
～糖化を防ぐ食生活の実践～

講師 応用生命科学部 能見 祐理 准教授 (食品化学)

パンをトーストすると、香ばしい香りとともに美味しそうなキツネ色に色づきます。食品の美味しさに寄与する有名な化学反応として知られていますが、同じ反応がわたしたちの体の中で過剰に起こると、生活習慣病や老化の原因となってしまいます。この講座では、茶色く色づく反応の仕組みやコントロールする方法について学び、いつまでも若々しく、充実した食生活を送るためのヒントをご紹介します。

第3回

2024年

12月22日 日

申込締切

12月19日 木

有酸素運動で健康寿命を延ばそう！

講師 医療技術学部 田嶋 明彦 教授 (循環生理学)

「健康寿命」とは、心身共に健康で介護等を必要とせず、日常生活に制限なく自立して生活習慣を送れる期間のことです。健康寿命を延ばして制限のある期間を縮めれば、自分の人生を自分らしく過ごせる期間が長くなります。このために有酸素運動を行い、体力の低下をなるべく抑えることが大事になってきます。今回の講演では、楽しく長続き出来るような運動の方法をお教えします。

はじめよう、
けんこう
time

お申込みは
こちらから



講師紹介



看護学部
野原 真理 教授



応用生命科学部
能見 祐理 准教授



医療技術学部
田嶋 明彦 教授

大学では、地域で働く保健師の基礎教育を受け持っています。専門は地域看護学、公衆衛生看護学で、研究テーマは妊産婦のQOL、地域子育て支援です。

食品化学・食品分析学を専門とし、食品の加工・貯蔵による成分変化の分子メカニズム解明と品質向上に資する制御法の開発を目指して研究に取り組んでいます。

病院で心臓の悪い方に運動処方を行う、心臓リハビリテーションに30年間携わってきました。高齢な患者さんに如何に楽しく運動してもらい、健康寿命を延ばしていくかの研究に取り組んでいます。

医療・健康講座 参加申込方法

①のQRコードからお申込みいただくか、以下②③のいずれかの方法で、
本チラシ表面に記載した申込締切日(郵送の場合は必着)までにお申し込み
ください。

※ 定員になり次第、受付を終了させていただきます。(締切状況は本学HPでお知らせします。)
※ 新型コロナウイルス感染症などの状況により、急遽中止とさせていただきます場合があります。

1 WEB

右記QRコードよりお申込みください。

(URL:<https://ws.formzu.net/dist/S61995865/>)



こちらから!

2 メール

メールの件名を「講座申込み」とし、「参加日」「受講者氏名」「フリガナ」「住所」「電話番号」をe-campus@nupals.ac.jpまでお送りください。

3 郵送・FAX

参加日

☐ 2024年 **11月30日(土)** ☐ 2024年 **12月7日(土)** ☐ 2024年 **12月22日(日)**

受講される方の氏名 (フリガナ) ※複数名での参加の場合も、個別にお申し込みください。

フリガナ

氏 名

住 所 〒 -

電話番号

【郵送先】〒956-0864 新潟市秋葉区新津本町1丁目2番37号 新潟薬科大学 新津駅東キャンパス事務局

【FAX番号】0250-25-6101

会場アクセス

新潟日報 メディアシップ 6階ナレッジルーム

〒950-8535 新潟市中央区万代3-1-1

●JR新潟駅から
自動車・タクシー…約5分 / 徒歩…約10分 ●新潟交通「万代シティ」バス停から
徒歩…約1分

近隣の駐車場は大変混雑いたします。また、講座受講による
駐車場の割引等はありません。ぜひ公共交通機関でご来場ください。



お問い合わせ先

新潟薬科大学地域連携推進室

TEL:0250-28-5421

新潟薬科大学
ホームページ

