

令和5年度学都仙台コンソーシアムサテライトキャンパス公開講座（前期）  
開講科目概要

○対面講座

No.	開講日時 (すべて土曜日)		講座名◎講師名	概要	費用	定員	会場	実施大学
1	6月24日	10:30～12:00	伝承あそびで健康づくりⅠ ～軽運動編～ ◎仙台白百合女子大学 人間学部 子ども教育学科 准教授 仁藤 喜久子 (にとう きくこ)	いつまでも元気で好きなことを続けて行くためには、何よりも健康であること、そのためには体を動かすことが一番です。「伝承遊びで健康づくり」は運動が苦手な人も楽しめるレクリエーション活動です。日頃運動不足だと感じておられる方に、お気軽にご参加いただければ幸いです。Ⅰ部では、町探検や遊び(じゃんけん・けんけんぱ・あんたがたどこさ)をとおして、日頃使っていない身体を動かしてみましよう!	無料	15名 60歳以上の方 (先着)	仙台市市民活動サポートセンター16階セミナーホール	仙台白百合女子大学
2	6月24日	13:30～15:00	伝承あそびで健康づくりⅡ ～けん玉・お手玉・こま編～ ◎仙台白百合女子大学 人間学部 心理福祉学科 講師 家子 敦子 (かのこ あつこ)	いつまでも元気で好きなことを続けて行くためには、何よりも健康であること、そのためには体を動かすことが一番です。「伝承遊びで健康づくりⅡ」は運動が苦手な人も楽しめるレクリエーション活動です。日頃運動不足だと感じておられる方に、お気軽にご参加いただければ幸いです。Ⅱ部では、こま・けん玉・お手玉・将棋の駒などの遊具を使って、手指の運動にチャレンジしてみましよう!	無料	15名 60歳以上の方 (先着)		仙台白百合女子大学
3	7月8日	10:30～12:00	「経験から考えるこれからの感染症との付き合い方～本当に恐ろしいのは何か～」 ◎東北医科薬科大学 薬学部 教授 藤村 茂 (ふじむら しげる)	2020年1月から3年間、新型コロナウイルス感染症が世界中にまん延し、今もお悩んでいる。こうした未知の病原体による感染症は、これまでも度々、人類に脅威を与えてきた。「未知」すなわち正体が分からないものに我々は恐怖を感じてしまうが、今回の経験を整理し、次の未知なる病原体・感染症に備える手立てをご聴講の皆さんと共有したい。また、それを踏まえて「正しく恐れる」ことの重要性もお伝えしたいと考えている。	無料	50名 (先着)		東北医科薬科大学
4	7月22日	10:30～12:00	脚は”第2の心臓” ～むくみと運動の関係～ ◎東北文化学園大学 医療福祉学部 リハビリテーション学科 理学療法専攻 講師・小野部 純 (おのべ じゅん)	”脚は第2の心臓”と呼ばれることがあります。そもそも心臓は身体中に血液を循環させますが、実は脚も運動することによって心臓と同じような役割を果たします。なお、この脚の作用が低くなるとむくみとなって現れることがあります。本講座では、実際に体を動かしつつ脚の役割とむくみの関係を知っていただき、生活の中に運動を取り入れるきっかけになればと思います。	無料	50名 (先着)		東北文化学園大学
5	7月22日	13:30～15:00	「心臓病のリハビリテーション：健康寿命の延伸を目指して」 ◎東北医科薬科大学 医学部 教授 伊藤 修 (いとう おさむ)	循環器疾患治療は近年目覚ましい進歩を遂げているが、発症や重症化に至る迄の危険因子の是正、また、治療後の身体機能や生活の質(QOL)については改善の余地が残されている。心臓リハビリテーションは冠動脈疾患、心不全(補助人工心臓や心移植を含む)、末梢動脈疾患に対して、患者の危険因子の是正、身体機能やQOLなどを改善し、再発・再入院率や医療費を減少させる。その心臓リハビリテーションの実際や有効性について紹介する。	無料	50名 (先着)		東北医科薬科大学