

# うめだ カレッジ

2017年度 後期

大学サテライトオフィス会“OSAKA”  
大阪市立総合生涯学習センター

## 官学連携講座 知のセレクション

受講無料

大阪にサテライトオフィスを持つ大学の集合体「大学サテライトオフィス会“OSAKA”」。今年度は、加盟するうちの10大学によるルー講座を開催いたします。各大学の特色を活かした学びの場にあなたも参加してみませんか。  
＜お申し込みは裏面をご覧ください＞

	開催日時	大学	タイトル	講師	講座内容
第6回	10/7(土) 14:00~15:30	福井大学	睡眠と身体のリズム ～体内時計リセットで健康に！	あべ ひし博 医学部 医学科 教授	私たち日本人は、世界で最も睡眠時間が短いと言われています。睡眠不足は心身の健康を損なうだけでなく、社会的事故の原因にもなります。健康な睡眠は、量と質そしてタイミングによって決まります。そのタイミングを決めているのがサーカディアンリズム(24時間周期の生体リズム)で、それは身体の中にある体内時計によって動かされています。健康な睡眠を維持するために必要な生体リズムの働きと体内時計の調節について話します。
	申込みは 9/11(月)から				
第7回	11/18(土) 14:00~15:30	長崎大学	多文化時代の宗教と 共生の可能性 ～絶対性と相対性の相克～	たきざわ かつひこ 多文化社会学部 多文化社会学科 准教授	異なる「宗教」がいかに共生していくかは、今日の多文化状況における極めて重要な喫緊の課題となっています。本講座では、国内外の様々な事例を取り扱いながら「絶対性」と「相対性」をキーワードに「宗教」に関わる問題の難しさを読み解きます。その上で、素朴な楽観論にも極端な悲観論にも陥ることのないよう、持続的な課題として共生の可能性について考えてみたいと思います。
	申込みは 10/10(火)から				
第8回	12/2(土) 14:00~15:30	大分大学	「お口から考える生活習慣病予防 —健康長寿をめざして—」	すみた よしみ 大学院 福祉社 会科学研究科 教授	歳を重ねても健康でいたい！そのために、運動をしたり食べる物に気をつけている人も多いと思います。口腔ケアはむし歯や歯周疾患の予防だけではなく、心臓疾患や糖尿病など全身疾患や認知症の予防につながります。また、口腔ケアは抵抗力が弱くなった人などの誤嚥性肺炎やインフルエンザなどを予防する効果があります。この講義では「お口の健康を維持することが健康長寿の秘訣だ」ということ、そのための対策は若いときから始まります。
	申込みは 11/10(金)から				
第9回	1/20(土) 14:00~15:30	相愛大学	演奏に賭ける若者たちの夢 —相愛サクソフォンアンサンブルの 演奏を交えて—	まえだ まさひろ 音楽学部 教授	音楽の専門課程に学ぶ若者たち。夢多く楽しい演奏の世界も、実は暗中模索、孤独でひたすら芸術性を追い求めねばならない戦いの場なのです。それでも大好きな音楽を奏でようと、若い身体能力を駆使し、高い精神性を育てれば、やがて素晴らしい演奏を聴かせてくれるようになります。すべての若者が持つ未来への力を、実際に演奏を聴きながら感じ取っていただければと考えています。
	申込みは 12/11(月)から				
第10回	2/17(土) 14:00~15:30	立命館大学	「スポーツ健康栄養学」の 実践とその応用	えびら くみこ スポーツ健康科学部 教授	毎日の食事をより楽しくするため、食事と健康について栄養学的視点から考えます。具体的には、何となく聞いたことのある栄養素について、その基本を学び、自らの食卓へ活かす方法を考えます。さらにスポーツと栄養の関係について、試合中の水分の取り方、運動前後の食べ方等々、様々なスポーツシーンを例に解説し、日常生活への応用を考えます。また、今まで実施してきた「美味しいスポーツ健康栄養サポート」の事例を紹介いたします。
	申込みは 1/10(水)から				

＜うめだカレッジ参画大学＞ 追手門学院大学・大分大学・大阪経済大学・大阪工業大学・熊本大学・高野山大学・上智大学・相愛大学・宝塚大学・長崎大学・福井大学・桃山学院大学・森ノ宮医療大学・立命館大学・龍谷大学 \*今期以外の講座開催校を含む